



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор ФБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «06» 09 2026 г.

Меню

2 неделя 1 день

**УТВЕРЖДЕНО:**

ИП Сыропятава А.С.

«06» 09 2026 г.



Понедельник

*в школе*

2026 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
189	Каша пшеничная с маслом	200/5	7,28	11,22	31,75	242,70	48-90
397	Какао с молоком	200	3,95	3,28	16,65	113,14	17-70
	Батон витаминизированный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	3-45
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2-25
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15-50
	<b>Итого за прием</b>	<b>555</b>	<b>15,41</b>	<b>15,89</b>	<b>83,66</b>	<b>528,80</b>	<b>87-80</b>
	<b>Обед</b>						
	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	25-90
99	Суп из овощей со сметаной	200	1,45	4,08	8,60	77,33	36-90
308	Фрикадельки куриные	90	13,52	10,82	9,37	206,87	65-96
309	Макаронные изделия отварные	150	5,44	4,84	34,71	204,32	29-90
411	Кисель п/ягодный	200	0,00	0,00	28,21	112,83	12-55
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2-25
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2-25
	<b>Итого за прием</b>	<b>740</b>	<b>24,40</b>	<b>25,38</b>	<b>104,03</b>	<b>760,90</b>	<b>175-71</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1295</b>	<b>39,81</b>	<b>41,27</b>	<b>187,69</b>	<b>1289,70</b>	<b>263-51</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
189	Каша пшеничная с маслом	250/5	10,07	14,23	43,16	301,59	56-90
397	Какао с молоком	200	3,95	3,28	16,65	113,14	17-70
	Батон витаминизированный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	3-45
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2-25
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15-50
	<b>Итого за прием</b>	<b>605</b>	<b>18,20</b>	<b>18,90</b>	<b>95,07</b>	<b>587,69</b>	<b>95-80</b>
	<b>Обед</b>						
	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00	29-20
99	Суп из овощей со сметаной	250	1,81	5,10	10,71	96,66	40-50
308	Фрикадельки куриные	100	15,03	11,24	10,42	229,94	72-22
309	Макаронные изделия отварные	180	6,47	5,81	41,35	243,74	31-10
411	Кисель п/ягодный	200	0,00	0,00	28,21	112,83	12-55
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2-25
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2-25
	<b>Итого за прием</b>	<b>870</b>	<b>28,06</b>	<b>31,35</b>	<b>116,95</b>	<b>890,32</b>	<b>190-07</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1475</b>	<b>46,26</b>	<b>50,25</b>	<b>212,02</b>	<b>1478,01</b>	<b>285-87</b>