

Согласовано:
Директор ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»
Клочкова С.Н.



Утверждаю:
Директор ООО «Общественное питание»
А.М.Фомин

МЕНЮ

3 день

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2 сентября 2026 г

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,53	2,35	5,97	1,32	32,55	208,445
4/13	Сыр (порциями)	15	3,95	3,95	3,99	0	0	52,59
-	Батон витаминизированный	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,856
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8022
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
Итого за 'Завтрак'			13,27	6,3	11,28	2,64	69,97	428,37
Обед								
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,67	0,00	3,57	3,57	4,68	50,95
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200	1,50	0,00	4,18	4,15	8,86	75,78
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (филе)	90	13,35	12,14	11,19	1,46	8,36	187,83
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	0,00	1,72	1,72	34,47	170,91
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,92	0,00	0,05	0,05	16,46	62,11
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			26,98	12,14	21,28	11,51	99,4	672,77
Итого за день			39	20,07	32,55	12,99	152,85	1030,39

Согласовано:
Директор ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»
Клочкова С.Н.



Утверждаю:
Директор ООО «Общественное питание»
А.М.Фомин

МЕНЮ

3 день

Возраст детей 12 лет и старше

Дата 2 сентября 2026 г

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	220	7,19	2,59	6,56	1,45	35,8	229,289
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12
-	Батон витаминизированный	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,76
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8022
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
Итого за 'Завтрак '			16,78	7,85	13,8	3,37	83,89	520,65
Обед								
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	1,12	0,00	5,95	5,95	7,79	84,91
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	250	1,88	0,00	5,22	5,19	11,07	94,73
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (филе)	100	14,83	13,48	12,44	1,63	9,29	208,70
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,92	0,00	0,05	0,05	16,46	62,11
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69
Итого за 'Обед'			31,27	13,48	26,46	15,61	116,21	797,02
Итого за день			48,05	21,33	40,26	19,00	200,10	1317,67