

Согласовано:

Директор ГБОУ СО "Екатеринбургская школа № 7"
Клочкова С.Н.



МЕНЮ

4 день

Возраст детей 7 - 11 лет

Утверждаю:
Директор ООО "Общественное питание"



Дата 1 октября 2026 г

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (б.под)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,7	2,9	9,1	2,4	34,2	245,8	
4/13	Сыр (порциями)	15	4,0	4,0	4,0	0,0	0,0	52,6	
-	Батон витаминизированный	30	2,3	0,0	0,9	0,9	16,0	80,9	
32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,6	2,9	0,1	13,0	86,7	
-	Фрукты	100	0,4	0,0	0,4	0,4	11,6	48,7	
Итого за 'Завтрак'			17,18	9,38	17,29	3,79	74,71	514,64	87,74
Обед									
31/2	Суп-пюре из разных овощей	200	2,43	0,88	3,96	0,18	11,56	88,7627	
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2006	
12/8	Гуляш из куриного филе	90	13,1	12,46	13,91	0,08	4,79	195,778	
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,94	
37/10/2	Напиток лимонный	180	0,13	0	0,01	0,01	12,43	49,852	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,1703	
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352	
Итого за 'Обед'			26,44	13,38	21,63	1,72	98,77	688,06	168,19
Итого за день			41,95	22,76	39,13	5,37	177,63	1215,5	255,93

Возраст детей 12 лет и старше

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	220	8,45	3,15	8,25	2,67	37,56	254,17	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	
-	Батон витаминизированный	50	3,85	0,00	1,50	1,50	26,65	134,76	
32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,82	2,56	2,89	0,06	12,95	86,73	
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	
Итого за "Завтрак"			20,79	10,97	18,36	4,64	88,75	594,46	94,00
Обед									
31/2	Суп-пюре из разных овощей	250	3,04	1,1	4,95	0,23	14,45	110,953	
40/2	Гренки (сухарики)	12	1,03	0	0,11	0,13	6,15	30,2408	
12/8	Гуляш из куриного филе	100	14,56	13,85	15,45	0,09	5,33	217,531	
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	40,93	220,728	
37/10/2	Напиток лимонный	180	0,13	0	0,01	0,01	12,43	49,852	
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,5604	
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69	
Итого за "Обед"			31,06	14,99	24,97	2,12	118,89	815,56	183,65
Итого за день			51,84	25,96	43,33	6,75	207,65	1410,02	277,65