

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7"

Клочкова С.Н.

2021г.

Меню

4 день 2 неделя Четверг

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

"ОЛЕС"

Васьков Е.Д.

2021г.



25 сентября

7-10 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак [517]									
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	13,42
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	5,40
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	12,59
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	14,88
ТТК	Яблоко свежее	234	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	24,67
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	70,96
Обед [740]									
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	16,41
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	80/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,77
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,87
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,54
ТТК	Хлеб пшеничный	35	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,33
ТТК	Хлеб ржаной	35	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,31
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	80,23
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	151,19
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		

11-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак [517]									
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	13,42
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	5,40
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	12,59
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	14,88
ТТК	Яблоко свежее	234	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	24,67
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	70,96
Обед [740]									
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	16,41
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	80/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,77
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,87
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,54
ТТК	Хлеб пшеничный	35	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,33
ТТК	Хлеб ржаной	35	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,31
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	80,23
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	151,19
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		