

СОГЛАСОВАНО Директор  
ГКОУ СО "Екатеринбургская  
школа №7"

Клочкова С.Н. "09" 12  
2021г.

Меню  
4 день 2 неделя Четверг

УТВЕРЖДЕНО  
Управляющий ООО  
"ОЛЕС"  
Васьков Е.Л. "09" 12  
2021г.

9 декабря

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.			
	<b>Завтрак [517]</b>								
ГТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	17,03
ГТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,14
ГТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	11,67
ГТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,70
ГТК	Яблоко свежее	167	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	18,42
	<b>Итого за прием</b>		<b>33,78</b>	<b>22,82</b>	<b>8,61</b>	<b>2,98</b>	<b>71,47</b>	<b>503,14</b>	<b>70,96</b>
	<b>Обед [740]</b>								
ГТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,97
ГТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,40
ГТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	20,60
ГТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,22
ГТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,04
	<b>Итого за прием</b>		<b>25,47</b>	<b>16,26</b>	<b>41,28</b>	<b>12,96</b>	<b>81,65</b>	<b>803,39</b>	<b>80,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>59,24</b>	<b>39,07</b>	<b>49,88</b>	<b>15,94</b>	<b>153,11</b>	<b>1306,53</b>	<b>151,19</b>
	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.			
	<b>Завтрак [517]</b>								
ГТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	17,03
ГТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,14
ГТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	11,67
ГТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,70
ГТК	Яблоко свежее	167	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	18,42
	<b>Итого за прием</b>		<b>33,78</b>	<b>22,82</b>	<b>8,61</b>	<b>2,98</b>	<b>71,47</b>	<b>503,14</b>	<b>70,96</b>
	<b>Обед [740]</b>								
ГТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,97
ГТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,40
ГТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	20,60
ГТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,22
ГТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,04
	<b>Итого за прием</b>		<b>25,47</b>	<b>16,26</b>	<b>41,28</b>	<b>12,96</b>	<b>81,65</b>	<b>803,39</b>	<b>80,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>59,24</b>	<b>39,07</b>	<b>49,88</b>	<b>15,94</b>	<b>153,11</b>	<b>1306,53</b>	<b>151,19</b>
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		