

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7"

Клочкова С.Н. "12"
2021г.

Меню
3 день 2 неделя Среда

УТВЕРЖДЕНО
Управляющий ООО
"ОЛЕС"
Васьков Е.Л. "22" "12"
2021г.

22 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.			
	Завтрак [437]								
ТТК	Запеканка из творога со сгущен	130/20	22,12	19,91	14,45	0,19	51,44	421,53	50,51
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	2,68
ТТК	Хлеб пшеничный\Сыр порцион	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	17,77
	Итого за прием		26,49	19,91	15,09	0,85	89,35	598,24	70,96
	Обед [790]								
ТТК	Суп картофельный с макаронны	250	3,29	0,25	6,81	5,74	21,74	163,95	14,29
ТТК	Фрикадельки куриные	90	10,52	9,98	14,59	7,75	11,50	220,69	46,56
ТТК	Напиток из вишни	200	0,18	0,00	0,13	0,13	26,00	102,07	7,35
ТТК	Рис припущенный	180	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,47
ТТК	Хлеб ржаной	39	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,56
	Итого за прием		23,26	10,27	25,86	14,84	115,68	794,84	80,23
	Итого за день		49,76	30,18	40,95	15,69	205,03	1393,08	151,19
	Содержание, % от калорийности		14,00		26,00		58,00		

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 [437]								
ТТК	Запеканка из творога со сгущен	130/20	22,12	19,91	14,45	0,19	51,44	421,53	50,51
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	2,68
ТТК	Хлеб пшеничный\Сыр порцион	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	17,77
	Итого за прием		26,49	19,91	15,09	0,85	89,35	598,24	70,96
	Обед [790]								
ТТК	Суп картофельный с макаронны	250	3,29	0,25	6,81	5,74	21,74	163,95	14,29
ТТК	Фрикадельки куриные	90	10,52	9,98	14,59	7,75	11,50	220,69	46,56
ТТК	Напиток из вишни	200	0,18	0,00	0,13	0,13	26,00	102,07	7,35
ТТК	Рис припущенный	180	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,47
ТТК	Хлеб ржаной	39	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,56
	Итого за прием		23,26	10,27	25,86	14,84	115,68	794,84	80,23
	Итого за день		49,76	30,18	40,95	15,69	205,03	1393,08	151,19
	Содержание, % от калорийности		14,00		26,00		58,00		