

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 ГКОУ СО "Екатеринбургская
 школа №7"

Клочкова С.Н.

2022г.

Меню
 4 день 2 неделя Четверг

20 января

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

000

"ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.

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	17,03
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,14
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	11,67
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,70
ТТК	Яблоко свежее	167	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	18,42
	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	18,97
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,40
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	20,60
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,22
ТТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,04
	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	17,03
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,14
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	11,67
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,70
ТТК	Яблоко свежее	167	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	18,42
	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	18,97
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,40
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	20,60
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,22
ТТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,04
	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		