

СОГЛАСОВАНО Директор ГКОУ
СО "Екатеринбургская школа
№7" Ключкова С.Н. "

2022г.

Меню

3 день 1 неделя Среда

26 марта

7-10 лет

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.

№	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 сгущенным молоком	130/20	27,45	25,93	19,08	0,19	33,58	417,54	51,09
ТТК	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	3,69
ТТК	Бутерброд с маслом	45\20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,18
ТТК	Итого за прием		31,82	25,93	19,72	0,86	71,49	594,25	70,96
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со сметой	200/10	1,93	0,25	6,33	5,20	8,43	99,05	16,88
ТТК	Бигус с курицей	200	17,56	18,07	6,01	0,24	4,61	143,04	54,82
ТТК	Напиток из шиповника 44	200	0,00	0,00	0,00	0,00	20,93	85,81	7,00
ТТК	Хлеб ржаной	22	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,53
	Итого за прием		27,12	18,35	17,67	6,51	95,11	657,80	80,23
	Итого за день		58,94	44,28	37,39	7,37	166,60	1252,05	151,19
	Содержание, % от калорийности		19,00		27,00		53,00		

10-18 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 сгущенным молоком	130/20	27,45	25,93	19,08	0,19	33,58	417,54	51,09
ТТК	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	3,69
ТТК	Бутерброд с маслом	45\20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,18
ТТК	Итого за прием		31,82	25,93	19,72	0,86	71,49	594,25	70,96
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со сметой	200/10	1,93	0,25	6,33	5,20	8,43	99,05	16,88
ТТК	Бигус с курицей	200	17,56	18,07	6,01	0,24	4,61	143,04	54,82
ТТК	Напиток из шиповника 44	200	0,00	0,00	0,00	0,00	20,93	85,81	7,00
ТТК	Хлеб ржаной	22	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,53
	Итого за прием		27,12	18,35	17,67	6,51	95,11	657,80	80,23
	Итого за день		58,94	44,28	37,39	7,37	166,60	1252,05	151,19
	Содержание, % от калорийности		19,00		27,00		53,00		