

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7"

Клочкова С.Н.

2022г.

Меню

3 день 2 недели Среда

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

"ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.



2 февраля

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 сгущенн	130/20	22,12	19,91	14,45	0,19	51,44	421,53	51,13
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	2,83
ТТК	Хлеб пшеничный\Сыр порционн	31/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	17,00
	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	14,89
ТТК	Фрикадельки куриные	90	10,52	9,98	14,59	7,75	11,50	220,69	44,99
ТТК	Напиток из вишни 59	200	0,18	0,00	0,13	0,13	26,00	102,07	7,43
ТТК	Рис припущенный	180	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,95
ТТК	Хлеб ржаной	43	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,97
	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 сгущенн	130/20	22,12	19,91	14,45	0,19	51,44	421,53	51,13
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	2,83
ТТК	Хлеб пшеничный\Сыр порционн	31/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	17,00
	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	14,89
ТТК	Фрикадельки куриные	90	10,52	9,98	14,59	7,75	11,50	220,69	44,99
ТТК	Напиток из вишни 59	200	0,18	0,00	0,13	0,13	26,00	102,07	7,43
ТТК	Рис припущенный	180	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,95
ТТК	Хлеб ржаной	43	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,97
	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		