

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7" ГБОУ СО
Екатеринбургская
Клочкова С.Н.
2022г.

УТВЕРЖДЕНО
Управляющий ООО
"ОЛЕС"
Васьков Е.Д.
2022г.

Меню
4 день 2 неделя Четверг

3 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 [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	16,26
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,94
ТТК	Напиток из чая и смородины	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	5,13
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,86
ТТК	Яблоко свежее	239	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	24,77
	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	17,56
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	32,44
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,27
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	9,61
ТТК	Хлеб ржаной	34	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,35
	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	16,26
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,94
ТТК	Напиток из чая и смородины	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	5,13
ТТК	Бутерброд с сыром	30/20	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	16,86
ТТК	Яблоко свежее	239	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	24,77
	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	17,56
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	32,44
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,27
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	9,61
ТТК	Хлеб ржаной	34	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,35
	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		