

МЕНЮ с 7 лет

22 февраля.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 09 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Углеводи
Завтрак	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	18,45	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		чай с фруктовым соком	200	6,35	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	96	3,04	0,34	19,44
			яблоки со пар	130		45	0,4	0,4	9,8
итого		сыр порциями							
Обед	закуска	71	салат из кваш капусты	60	5,42	52	0,96	3,04	5,00
	гор.блюдо	124	щи из свежей капусты	200	7,72	79	1,46	4,75	6,22
	гор.блюдо	518	картофельное пюре	150	12,55	155	3,22	5,56	22,00
	гор.блюдо	471	котлеты рыбные с соусом	80(50\30)	38,27	155	3,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из чернослива	200	4,64	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60	2,74	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы *Пакулаева Е.С.* Пакулаева Е.С.

МЕНЮ с 12 лет

22 февраля.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 09 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Углеводи
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	18,45	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		какао с молоком	200	6,35	149	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	48	1,52	0,17	9,72
			яблоки со пар	130		58,5	0,52	0,52	12,74
итого		сыр порциями							
Обед	закуска	71	огурцы со порциями суп картофельный с	60	5,42	49	0,54	4,30	1,90
	гор.блюдо	124	горохом	250	7,72	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блюдо	518	макароны отварные	180	12,55	165	3,06	9,46	10,66
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	80(50\30)	38,27	165	3,06	9,46	10,66
	сладкое	631	компот из кураги	200	4,64	123	1,04	0,00	39,56
	хлеб черн.		ржаной	65	2,74	126	2,82	0,60	0,60
	итого								
итого за день									

Директор школы *Пакулаева Е.С.* Пакулаева Е.С.