

МЕНЮ с 7 лет

28 февраля.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 02 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Гликоды
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	18,45	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	6,35	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
Итого									
Обед									
	закуска	71	салат из белокачанной капусты	60	5,42	53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	суп из св.капусты каша гречневая	200	7,72	88	1,44	5,67	7,31
	гор.блю	518	рассыпчатая котлеты рубленны с	150	12,55	271	8,76	6,62	43,08
	гор.блю	471	соусом	80(50\30)	38,27	197	8,56	14,11	9,07
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	4,64	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	80	2,74	126	2,82	0,60	6,60
Итого									
Итого за день									

Директор школы  Пакуллова Е. В.

МЕНЮ с 12 лет

28 февраля.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 02 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Гликоды
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	18,45	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	6,35	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
Итого									
Обед									
	закуска	71	салат из белокачанной капусты	60	5,42	88	1,53	5,08	9,42
	гор.блю	124	суп из св.капусты каша гречневая	200	7,72	111	1,8	5,84	9,14
	гор.блю	518	рассыпчатая котлеты рубленны с	150	12,55	325	9,99	7,94	51,70
	гор.блю	471	соусом	90(60\30)	38,27	230	10,51	16,46	10,58
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	4,64	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	65	2,74	137	3,06	0,65	6,65
Итого									
Итого за день									

Директор школы  Пакуллова Е. В.