

## МЕНЮ с 7 лет

01.мар.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ"

Отд./корп

День 03 день

Ием пиз	Раздел	№ рец.	блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>									
гор.блюдо			запеканка творожная	150	39,25	317	4,47	6,87	31,88
гор.напиток			чай сахаром	200	3,08	57	3,04	3,39	27,79
хлеб			хлеб пшеничный	40	3,56	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	6,3	150	0,52	0,52	12,74
			апельсины	110	13,50	44	0,99	0,22	8,91
<b>итого</b>									
<b>Обед</b>									
закуска	71		салат из кваш капусты	60	5,42	52	0,96	3,04	5,00
гор.блю	124		суп картофельное с макарон издел	200	7,72	118	4,71	3,73	15,96
гор.блю	518		картофельное пюре	150	12,55	155	3,22	5,56	22,00
гор.блю	471		котлеты рыбные с соусом 80(50\30)	200	38,27	155	9,04	3,22	10,71
сладкое	631		компот из яблок	200	4,64	123	1,04	0,00	30,96
хлеб черн.			ржаной	60	2,74	126	2,82	0,50	0,60
<b>итого</b>									
<b>итого за день</b>									

Директор школы:

Пакулаева Е.Б.

## МЕНЮ с 12 лет

01.мар.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ"

Отд./корп

День 03 день

Ием пиз	Раздел	№ рец.	блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>									
гор.блюдо			запеканка творожная	150	39,25	317	4,47	6,87	31,88
гор.напиток			чай сахаром	200	3,08	57	3,04	3,39	27,79
хлеб			хлеб пшеничный	40	3,56	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	6,3	150	0,52	0,52	12,74
			апельсины	110	13,50	44	0,99	0,22	8,91
<b>итого</b>									
<b>Обед</b>									
закуска	71		салат из кваш капусты	60	5,42	52	0,96	3,04	5,00
гор.блю	124		суп картофельное с макарон издел	200	7,72	118	4,71	3,73	15,96
гор.блю	518		картофельное пюре	150	12,55	155	3,22	5,56	22,00
гор.блю	471		котлеты рыбные с соусом 80(50\30)	200	38,27	155	9,04	3,22	10,71
сладкое	631		компот из яблок	200	4,64	123	1,04	0,00	30,96
хлеб черн.			ржаной	60	2,74	126	2,82	0,50	0,60
<b>итого</b>									
<b>итого за день</b>									

Директор школы:

Пакулаева Е.Б.