

МЕНЮ с 7 лет

02.мар.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ"

Отд./корп

День 04 день

Ием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	18,45	154	4,21	4,80	22,29
	гор.напиток		комлот из кураги	200	6,35	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,75	96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями						
итого									
	закуска	71	салат из свеклы	60	5,42	103	0,76	9,04	4,55
			щи из свежей капусты с						
Обед	гор.блю	124	картофелем со сметаной	250	7,72	79	2,86	4,75	6,23
	гор.блю	518	плов из птицы	250	12,55	256	20,27	6,74	28,06
	сладкое	631	комлот 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:  Пакуллова Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

02.мар.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ"

Отд./корп

День 04 день

Ием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	18,45	185	6,76	2,30	3,90
	гор.напиток		комлот из кураги	200	6,35	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	108	3,42	0,38	21,87
			яблоки св пор	100		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями						
итого									
	закуска	71	салат из свеклы	100	5,42	172	1,27	15,07	7,65
			щи из свежей капусты с						
Обед	гор.блю	124	картофелем со сметаной	250	7,72	96	1,83	5,94	7,78
	гор.блю	518	плов из птицы	200	12,55	341	27,03	8,99	37,44
	сладкое	631	комлот из чернослива	100	4,64	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	65	4,64	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакуллова Е.В.