

МЕНЮ с 7 лет

13 марта.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 01 день

| Ием пии | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-------------------------------|-----------|-------|------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | каша пшеничная молочная | 150 | 18,45 | 228 | 6,45 | 7,78 | 33,02 |
| | гор.напиток | | коф напиток с молоком | 200 | 6,35 | 152 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 40 | 4,75 | 48 | 1,52 | 0,17 | 9,72 |
| | | | яблоки св пор | 130 | | 58,5 | 0,52 | 0,52 | 12,74 |
| | | | сыр порциями | 10 | 15,25 | 90 | 5,75 | 9,75 | 0,00 |
| итого | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 71 | огурцы св порциями | 60 | 5,42 | 49 | 0,48 | 0,12 | 3,12 |
| | гор.блю | 124 | суп картофельный с горохом | 200 | 7,72 | 118 | 4,71 | 3,73 | 15,96 |
| | | 518 | макаронь отварные | 150 | 12,55 | 211 | 5,32 | 4,89 | 35,52 |
| | гор.блю | 471 | котлеты рубленные с соусом | 80(50\30) | 38,27 | 165 | 9,08 | 15,20 | 9,20 |
| | сладкое | 631 | чай с фруктовым соком | 200 | 4,64 | 95 | 0,34 | 0,02 | 24,53 |
| | хлеб черн. | | ржаной | 60 | 2,74 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | итого | | | | | | | | |
| итого за день | | | | | | | | | |

Директор школы: Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

13 марта.2023

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 01 день

| Ием пии | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-------------------------------|-----------|-------|------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | каша пшеничная молочная | 150 | 18,45 | 228 | 6,45 | 7,78 | 33,02 |
| | гор.напиток | | коф напиток с молоком | 200 | 6,35 | 152 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 20 | 4,75 | 48 | 1,52 | 0,17 | 9,72 |
| | | | яблоки св пор | 130 | | 58,5 | 0,52 | 0,52 | 12,74 |
| | | | сыр порциями | | | 90 | 5,75 | 9,75 | 0,00 |
| итого | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 71 | огурцы св порциями | 60 | 5,42 | 49 | 0,48 | 0,12 | 3,12 |
| | гор.блю | 124 | суп картофельный с горохом | 250 | 7,72 | 118 | 4,71 | 3,73 | 15,96 |
| | | 518 | макаронь отварные | 160 | 12,55 | 211 | 5,32 | 4,89 | 35,52 |
| | гор.блю | 471 | котлеты рубленные с соусом | 80(50\30) | 38,27 | 165 | 9,08 | 15,20 | 9,20 |
| | сладкое | 631 | чай с фруктовым соком | 200 | 4,64 | 95 | 0,34 | 0,02 | 24,53 |
| | хлеб черн. | | ржаной | 65 | 2,74 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | итого | | | | | | | | |
| итого за день | | | | | | | | | |

Директор школы: Пакулаева Е.В.