

МЕНЮ с 7 лет

06.апр.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 04 день

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | /глеводы |
|---------------|-------------|------------|---|----------|-------|------|-------|------|----------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | | каша пшеничная молочная | 150 | 18,45 | 154 | 4,21 | 4,80 | 22,29 |
| | гор.напиток | | компот 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 | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | 71 | салат из свеклы | 60 | 5,42 | 103 | 0,76 | 9,04 | 4,59 |
| | гор.блю | 124 | щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 7,72 | 79 | 1,46 | 4,75 | 6,22 |
| | | 518 | плов из птицы | 150 | 12,55 | 256 | 20,27 | 6,74 | 28,08 |
| | | 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 |
| итого | | | | | | | | | |
| итого за день | | | | | | | | | |


Директор школы:  Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

06.апр.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 04 день

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | /глеводы |
|---------------|-------------|------------|---|----------|-------|------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | | каша пшеничная молочная | 150 | 18,45 | 185 | 6,76 | 2,30 | 3,90 |
| | гор.напиток | | компот 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 | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | 71 | салат из свеклы | 100 | 5,42 | 172 | 1,27 | 15,07 | 7,65 |
| | гор.блю | 124 | щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 7,72 | 99 | 1,83 | 5,94 | 7,78 |
| | | 518 | плов из птицы | 200 | 12,55 | 341 | 27,03 | 8,99 | 37,44 |
| | | 631 | компот из чернослива | 200 | 38,27 | 136 | 0,57 | 0,00 | 34,41 |
| | | хлеб черн. | | ржаной | 65 | 4,64 | 137 | 3,06 | 0,65 |
| итого | | | | | | | | | |
| итого за день | | | | | | | | | |

Директор школы:  Пакулаева Е.В.