

МЕНЮ с 7 лет

05.май.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп _____ День 05 день

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша гречневая молочная	150	18,45	222	6,76	7,66	31,20
	гор.блюдо								
	гор.напиток		какао с молоком	200	6,35	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,75	96	3,04	0,34	19,44
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	5,42	76	0,82	6,07	4,52
			рассольник						
	гор.блю	124	ленинградский	200	7,72	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блю	518	картофель отварной	150	12,55	159	3,03	4,93	24,49
			фрикадельки из						
	гор.блю	471	говядины с соусом	80(50\30)	38,27	140	8,63	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	4,64	109	0,16	0,16	27,87
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

05.май.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп _____ День 05 день

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша гречневая молочная	200	18,45	222	6,76	7,66	31,20
	гор.блюдо								
	гор.напиток		чай с молоком	200	6,35	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	45	4,75	108	3,42	0,38	21,87
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	5,42	127	1,37	10,12	7,53
			рассольник						
	гор.блю	124	ленинградский	250	7,72	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блю	518	картофель отварной	180	12,55	256	20,27	6,74	28,08
			фрикадельки из						
	гор.блю	471	говядины с соусом	80(50\30)	38,27	191	3,64	5,92	29,39
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	4,64	109	0,16	0,16	27,87
хлеб черн.		ржаной	65	2,74	137	3,06	0,65	0,65	
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е. В.