

МЕНЮ с 7 лет

20.май.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп _____ День 06 день

Вид прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		какао с молоком	200		149	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130		58,5	0,52	0,52	12,74
	итого								
Обед	закуска	71	белокочанной капусты	60	5,42	53	0,93	3,05	5,65
	гор.блюдо	124	суп крестьянский с крупой	200	7,72	106	1,51	3,32	9,24
	гор.блюдо	518	капуста тушеная	150	12,55	115	3,60	4,52	15,30
	гор.блюдо	471	гуляш из говядины	80(50\30)	38,27	191	14,45	13,14	3,30
	сладкое	631	компот из изюма	200	4,64	128	0,36	0,00	33,16
	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

20.май.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп _____ День 06 день

Вид прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	итого								
Обед	закуска	71	салат из белокочанной капусты	100		88	1,53	5,08	9,42
	гор.блюдо	124	суп крестьянский с крупой	250		133	1,89	4,15	11,55
	гор.блюдо	518	капуста тушеная	180		138	4,32	5,42	18,36
	гор.блюдо	471	гуляш из говядины	100		229	17,34	15,77	3,96
	сладкое	631	компот из изюма	200		128	0,36	0,00	33,16
	хлеб черн.		ржаной	65		137	3,65	0,65	0,65
	итого								
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.