

МЕНЮ с 7 лет

07.сен.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		154	4,21	4,80	22,29
	гор.напиток		компот из кураги	200		123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	40		96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10					
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	60		103	0,76	9,04	4,59
	гор.блю	124	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200		79	1,46	4,75	6,22
	гор.блю	518	плов из птицы	150		256	20,27	6,74	28,08
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

07.сен.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		185	6,76	2,30	3,90
	гор.напиток		компот из кураги	200		123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	20		108	3,42	0,38	21,87
			яблоки св пор	100		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10					
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	100		172	1,27	15,07	7,65
	гор.блю	124	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250		99	1,83	5,94	7,78
	гор.блю	518	плов из птицы	200		341	27,03	8,99	37,44
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	65		137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.