

МЕНЮ с 7 лет
27 января 2023

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

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша гречневая молочная	150		222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток	297	чай с молоком	200		86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	48		96	3,04	0,34	19,44
			мандарины порц	110		44	0,99	0,22	8,91
Обед	закуска	71	винегрет овощной	60	3,98	76	0,82	6,07	4,52
	гор.блюдо	124	рассольник ленинградский	200	5,2	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блюдо	518	картофель отварной	150	9,82	159	3,03	4,93	24,49
	гор.блюдо	471	фрикадельки из говядины с соусом	50\30	35,50	140	8,63	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	9,54	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,60	0,60
итого									

Директор школы:  Пакулаева Е. В.

МЕНЮ с 12 лет
27 января 2023

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

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша гречневая молочная	200		222	8,11	9,19	37,44
	гор.напиток	297	чай с молоком	200		86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	45		108	3,42	0,38	21,87
			сыр порциями	10		90	5,75	9,75	0,00
			мандарины порц	110					
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	4,38	127	1,37	10,12	7,53
	гор.блюдо	124	рассольник ленинградский	250/5	10,62	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блюдо	518	картофель отварной	150	9,82	256	20,27	6,74	28,08
	гор.блюдо	471	фрикадельки из говядины с соусом	50\30	29,54	191	3,64	5,92	29,39
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	6,34	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		хлеб ржаной	65	5,24	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е. В.