

## МЕНЮ с 7 лет

03.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 02 день

ишем пиз	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Гглеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из белокачанной капусты	60		53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	борщ из св капусты	200		89	1,44	4,67	7,31
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	150		271	8,76	6,62	43,08
	гор.блю	471	котлеты рубленныу с соусом	90		197	8,56	14,11	9,07
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

03.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 02 день

ишем пиз	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Гглеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из белокачанной капусты	100		88	1,53	5,08	9,42
	гор.блю	124	борщ из св капусты	250		111	1,8	5,84	9,14
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	180		325	9,99	7,94	51,70
	гор.блю	471	котлеты рубленныу с соусом	90(60\30)		230	10,51	16,46	10,58
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	65		137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.