

## МЕНЮ с 7 лет

04.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп

День 03 день

| иет пиз              | Раздел      | № рец. | Блюдо                            | Выход, г  | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Гглеводы |
|----------------------|-------------|--------|----------------------------------|-----------|------|------|-------|------|----------|
| <b>Завтрак</b>       |             |        |                                  |           |      |      |       |      |          |
|                      | гор.блюдо   |        | запеканка творожная              | 150       |      | 317  | 4,47  | 6,87 | 31,88    |
|                      | гор.напиток |        | чай сахаром                      | 200       |      | 57   | 3,04  | 3,39 | 27,79    |
|                      | хлеб        |        | хлеб пшеничный                   | 40        |      | 96   | 1,52  | 0,17 | 9,72     |
|                      |             |        | масло сливочное                  | 20        |      | 150  | 0,52  | 0,52 | 12,74    |
|                      |             |        | апельсины                        | 110       |      | 44   | 0,99  | 0,22 | 8,91     |
| <b>итого</b>         |             |        |                                  |           |      |      |       |      |          |
|                      | закуска     | 71     | салат из кваш капусты            | 60        |      | 52   | 0,96  | 3,04 | 5,00     |
|                      | гор.блю     | 124    | суп картофельное с макарор издел | 200       |      | 118  | 4,71  | 3,73 | 15,96    |
|                      | гор.блю     | 518    | картофельное пюре                | 150       |      | 155  | 3,22  | 5,56 | 22,00    |
|                      | гор.блю     | 471    | котлеты рыбные с соусом          | 80(50\30) |      | 155  | 9,04  | 8,22 | 10,71    |
|                      | сладкое     | 631    | компот из изюма                  | 200       |      | 123  | 1,04  | 0,00 | 30,96    |
|                      | хлеб черн.  |        | ржаной                           | 60        |      | 126  | 2,82  | 0,60 | 0,60     |
| <b>итого</b>         |             |        |                                  |           |      |      |       |      |          |
| <b>итого за день</b> |             |        |                                  |           |      |      |       |      |          |

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

04.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп

День 03 день

| иет пиз              | Раздел      | № рец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Гглеводы |
|----------------------|-------------|--------|----------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| <b>Завтрак</b>       |             |        |                                  |          |      |              |       |      |          |
|                      | гор.блюдо   |        | запеканка творожная              | 150      |      | 317          | 4,47  | 6,87 | 31,88    |
|                      | гор.напиток |        | чай сахаром                      | 200      |      | 57           | 3,04  | 3,39 | 27,79    |
|                      | хлеб        |        | хлеб пшеничный                   | 40       |      | 96           | 1,52  | 0,17 | 9,72     |
|                      |             |        | масло сливочное                  | 20       |      | 150          | 0,52  | 0,52 | 12,74    |
|                      |             |        | апельсины                        | 110      |      | 44           | 0,99  | 0,22 | 8,91     |
| <b>итого</b>         |             |        |                                  |          |      |              |       |      |          |
|                      | закуска     | 71     | салат из кваш капусты            | 60       |      | 52           | 0,96  | 3,04 | 5,00     |
|                      | гор.блю     | 124    | суп картофельное с макарор издел | 200      |      | 118          | 4,71  | 3,73 | 15,96    |
|                      | гор.блю     | 518    | картофельное пюре                | 150      |      | 155          | 3,22  | 5,56 | 22,00    |
|                      | гор.блю     | 471    | котлеты рыбные с соусом          | 90       |      | 155          | 9,04  | 8,22 | 10,71    |
|                      | сладкое     | 631    | компот из изюма                  | 200      |      | 123          | 1,04  | 0,00 | 30,96    |
|                      | хлеб черн.  |        | ржаной                           | 60       |      | 126          | 2,82  | 0,60 | 0,60     |
| <b>итого</b>         |             |        |                                  |          |      |              |       |      |          |
| <b>итого за день</b> |             |        |                                  |          |      |              |       |      |          |

Директор школы:  Пакулаева Е.В.