

## МЕНЮ с 7 лет

11.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 09 день

Ием пид	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Глеводы
<b>Завтрак</b>									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		чай с фруктовым соком	200		95	0,34	0,02	24,53
	хлеб		хлеб пшеничный	20		96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130		45	0,4	0,4	9,8
<b>итого</b>									
<b>Обед</b>									
	закуска	71	огурцы свежие	60		52	0,96	3,04	5,00
	гор.блюдо	124	щи из свежей капусты	200		79	1,46	4,75	6,22
	гор.блюдо	518	картофельное пюре	150		155	3,22	5,56	22,00
	гор.блюдо	471	котлеты рыбные с соусом	80(50\30)		155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
<b>итого</b>									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

11.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 09 день

Ием пид	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Глеводы
<b>Завтрак</b>									
	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
<b>итого</b>									
<b>Обед</b>									
	закуска	71	огурцы свежие	60		52	0,96	3,04	5,00
	гор.блюдо	124	щи из свежей капусты	200		79	1,46	4,75	6,22
	гор.блюдо	518	картофельное пюре	150		155	3,22	5,56	22,00
	гор.блюдо	471	котлеты рыбные с соусом	80(50\30)		155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
<b>итого</b>									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.