

МЕНЮ с 7 лет

13.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 11 день

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глюводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная с маслом	150		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	0,52	0,52	9,74
			яблоки св пор	130		59	0,52	0,52	12,74
итого									
			сыр порциями						
Обед									
	закуска	71	помидоры св порциями суп макаронными	60		90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	изделиями	200		117	2,26	4,3	16,68
	гор.блюдо	518	каша рассыпчатая	150		271	8,76	6,62	43,08
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	80(50\30)		165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

13.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп. День 11 день

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глюводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная	150	18,45	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200	6,35	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,75	48	0,52	0,52	9,74
			яблоки св пор	130		59	0,52	0,52	12,74
итого									
			сыр порциями						
Обед									
	закуска	71	помидоры св порциями суп макаронными	60	5,42	90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	изделиями	200	7,72	117	2,26	4,3	16,68
	гор.блюдо	518	каша рассыпчатая	150	12,55	271	8,76	6,62	43,08
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	80(50\30)	38,27	165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	4,64	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60	2,74	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.