

МЕНЮ с 7 лет

26.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 10 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		запеканка творожная	150	39,25	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	3,08	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	3,56	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	6,3	150	0,52	0,52	12,74
			апельсины	110	13,50	44	0,99	0,22	8,91
итого		сыр порциями							
Обед	закуска	71	салат из белокочанной капусты	60	5,42	53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	суп картофельный рыбный	200	7,72	107	4,57	2,8	15,3
	гор.блю	518	каша пшеничная вязкая	150	12,55	166	4,21	5,23	24,23
	гор.блю	471	фрикадельки в соусе	80(50\30)	38,27	140	8,83	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из изюма	200	4,64	128	0,36	0,00	33,16
	хлеб черн.		ржаной	60	2,74	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

26.окт.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 10 день

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		запеканка творожная	150	39,25	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	3,08	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	3,56	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	6,3	150	0,52	0,52	12,74
			апельсины	110	13,50	44	0,99	0,22	8,91
итого		сыр порциями							
Обед	закуска	71	салат из белокочанной капусты	60	5,42	53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	суп картофельный рыбный	200	7,72	107	4,57	2,8	15,3
	гор.блю	518	каша пшеничная вязкая	150	12,55	166	4,21	5,23	24,23
	гор.блю	471	фрикадельки в соусе	80(50\30)	38,27	140	8,83	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из изюма	200	4,64	128	0,36	0,00	33,16
	хлеб черн.		ржаной	60	2,74	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.