

## МЕНЮ с 7 лет

06.ноя.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 01 день

Ием пиз	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		коф напиток с молоком	200		152	2,50	3,60	28,70
	хлеб		хлеб пшеничный	40		48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130		58,5	0,52	0,52	12,74
			сыр порциями	10		90	5,75	9,75	0,00
итого									
Обед									
	закуска	71	огурцы св порциями	60		49	0,48	0,12	3,12
	гор.блю	124	суп картофельный с горохом	200		118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	макароны отварные	150		211	5,32	4,89	35,52
	гор.блю	471	котлеты рубленные с соусом	80(50\30)		165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	чай с фруктовым соком	200		95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

06.ноя.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 01 день

Ием пиз	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		коф напиток с молоком	200		152	2,50	3,60	28,70
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130		58,5	0,52	0,52	12,74
			сыр порциями	25		90	5,75	9,75	0,00
итого									
Обед									
	закуска	71	огурцы св порциями	60		49	0,48	0,12	3,12
	гор.блю	124	суп картофельный с горохом	250		118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	макароны отварные	180		211	5,32	4,89	35,52
	гор.блю	471	котлеты рубленные с соусом	80(50\30)		165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	чай с фруктовым соком	200		95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		ржаной	65		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.