

## МЕНЮ с 7 лет

21.ноя.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 02 день

Ием пил	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Г/глеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
итого									
Обед	закуска	71	салат из белокочанной капусты	60		53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	борщ из св капусты	200		89	1,44	4,67	7,31
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	150		271	8,76	6,62	43,08
	гор.блю	471	котлеты рубленны с соусом	90		197	8,56	14,11	9,07
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

21.ноя.23

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 02 день

Ием пил	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Г/глеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	15,77	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	7,15	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20	3,64	48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130	15,6	44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями		6,05				
итого									
Обед	закуска	71	салат из белокочанной капусты	100	3,67	88	1,53	5,08	9,42
	гор.блю	124	борщ из св капусты	250	12,58	111	1,8	5,84	9,14
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	180	10,91	325	9,99	7,94	51,70
	гор.блю	471	котлеты рубленны с соусом	90(60\30)	28,34	230	10,51	16,46	10,58
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	8,54	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	65	3,64	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.