

МЕНЮ с 7 лет

01.дек.23

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

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Г/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная с маслом	150	15,01	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200	5,15	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб		хлеб пшеничный	20	2,25	48	0,52	0,52	9,74
			яблоки св пор	130	15,6	59	0,52	0,52	12,74
итого									
			сыр порциями						
Обед									
	закуска	71	помидоры св порциями	60		90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	суп макаронными изделиями	200	9,49	117	2,26	4,3	16,68
	гор.блюдо	518	каша рассыпчатая	150	9,76	271	8,76	6,62	43,08
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	80(50\30)	19,25	165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	4,54	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60	2,26	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

01.дек.23

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

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Г/глеводы
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	15,6	59	0,52	0,52	12,74
итого									
			сыр порциями						
Обед									
	закуска	71	помидоры св порциями	60	5,42	90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	суп макаронными 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.