

МЕНЮ с 7 лет

11.апр.24

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

| Ием пид | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Гглеводы |
|---------------|-------------|--------------|-------------------------------|-----------|-------|------|-------|------|----------|
| 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 белокачанной 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

14.апр.24

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

| Ием пид | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Гглеводы |
|---------------|-------------|--------------|-------------------------------|-----------|-------|------|-------|------|----------|
| 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 белокачанной 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.