

## МЕНЮ с 7 лет

19.сен.24

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 04 день

Ием п/ц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы	
Завтрак										
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		154	4,21	4,80	22,29	
	гор.напиток		компот из кураги	200		123	1,04	0,00	30,96	
	хлеб		хлеб пшеничный	40		96	3,04	0,34	19,44	
			яблоки св пор	130		45	0,4	0,4	9,8	
			сыр порциями	10						
итого										
	закуска	71	салат из свеклы	60		103	0,76	9,04	4,59	
	Обед		щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	10,33	79	1,46	4,75	6,22	
		гор.блю	124	плов из птицы	150	39,37	256	20,27	6,74	28,08
		гор.блю	518	компот из чернослива	200	8,52	136	0,57	0,00	34,41
		сладкое	631	ржаной	60	3,64	126	2,82	0,60	0,60
	хлеб черн.									
итого										
итого за день										

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

19.сен.24

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп \_\_\_\_\_ День 04 день

Ием п/ц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы	
Завтрак										
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150		185	6,76	2,30	3,90	
	гор.напиток		компот из кураги	200		123	1,04	0,00	30,96	
	хлеб		хлеб пшеничный	20		108	3,42	0,38	21,87	
			яблоки св пор	100		45	0,4	0,4	9,8	
			сыр порциями	10						
итого										
	закуска	71	салат из свеклы	100		172	1,27	15,07	7,65	
	Обед		щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250		99	1,83	5,94	7,78	
		гор.блю	124	плов из птицы	200		341	27,03	8,99	37,44
		гор.блю	518	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
		сладкое	631	ржаной	65		137	3,06	0,65	0,65
	хлеб черн.									
итого										
итого за день										

Директор школы:  Пакулаева Е.В.