

МЕНЮ с 7 лет

22.января.24

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

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	12,05	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		коф напиток с молоком	200	11,05	152	2,50	3,60	28,70
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,09	48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130	13,45	58,5	0,52	0,52	12,74
			сыр порциями	10	6,05	90	5,75	9,75	0,00
итого									
Обед									
	закуска	71	огурцы св порциями	60	7,20	49	0,48	0,12	3,12
	гор.блю	124	суп картофельный с горохом	200	7,24	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	макароны отварные	150	7,25	211	5,32	4,89	35,52
	гор.блю	471	котлеты рубленные с соусом	80(50\30)	24,90	165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	чай с фруктовым соком	200	7,90	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		ржаной	60	3,64	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: *Паку* Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

22.января.24

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

Идем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	12,05	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		коф напиток с молоком	200	11,05	152	2,50	3,60	28,70
	хлеб		хлеб пшеничный	20	2,09	48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130	13,45	58,5	0,52	0,52	12,74
			сыр порциями	25	6,05	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	7,3	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	макароны отварные	180	7,98	211	5,32	4,89	35,52
	гор.блю	471	котлеты рубленные с соусом	80(50\30)	33,29	165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	чай с фруктовым соком	200	3,59	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		ржаной	65	2,19	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: *Паку* Пакулаева Е.В.