

## МЕНЮ с 7 лет

25.января.24

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	12,05	154	4,21	4,80	22,29
	гор.напиток		компот из кураги	200	12,46	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,25	96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130	15,6	45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	6,05				
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	60	7,31	103	0,76	9,04	4,59
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	200	10,33	79	1,46	4,75	6,22
	гор.блю	518	плов из птицы	150	39,37	256	20,27	6,74	28,08
	сладкое	631	компот из чернослива	200	8,52	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60	3,64	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.

## МЕНЮ с 12 лет

25.января.24

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	15,01	185	6,76	2,30	3,90
	гор.напиток		компот из кураги	200		123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	20	2,08	108	3,42	0,38	21,87
			яблоки св пор	100	11,05	45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	6,05				
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	100	7,31	172	1,27	15,07	7,65
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	250	10,33	99	1,83	5,94	7,78
	гор.блю	518	плов из птицы	200	39,37	341	27,03	8,99	37,44
	сладкое	631	компот из чернослива	200	8,00	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	65	2,25	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.