

МЕНЮ с 7 лет

26.января.24

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 05 день

тип питания	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая молочная	150	16,99	222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток		какао с молоком	200	11,43	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,25	96	3,04	0,34	19,44
			фрукты	130	15,6	44	0,99	0,22	8,91
	итого								
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	4,91	76	0,82	6,07	4,52
	гор.блюдо	124	рассольник ленинградский	200	9,85	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блюдо	518	картофель отварной	150	9,47	159	3,03	4,93	24,49
	гор.блюдо	471	фрикадельки из говядины с соусом	90	26,49	140	8,63	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	6,07	109	0,16	0,16	27,87
	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

26.января.24

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп _____ День 05 день

тип питания	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая молочная	200	16,99	222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток		чай с молоком	200	11,43	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	45	2,25	108	3,42	0,38	21,87
			фрукты	130	15,6	44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	6,58	127	1,37	10,12	7,53
	гор.блюдо	124	рассольник ленинградский	250	10,97	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блюдо	518	картофель отварной	180	7,27	256	20,27	6,74	28,08
	гор.блюдо	471	фрикадельки из говядины с соусом	80(50\30)	19,25	191	3,64	5,92	29,39
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	1,93	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	65	2,19	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы:  Пакулаева Е.В.