

МЕНЮ с 7 лет

19.мар.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 03 день

ишем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Г/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		запеканка творожная	150	43,09	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	2,24	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,32	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	12,1	150	0,52	0,52	12,74
итого									
Обед	закуска	71	салат из кваш капусты	60	10,50	52	0,96	3,04	5,00
	гор.блю	124	суп картофельное с макарор издел	200	18,38	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	картофельное пюре	150	25,27	155	3,22	5,56	22,00
	гор.блю	471	котлеты рыбные с соусом	80(50\30)	22,98	155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из изюма	200	9,70	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб черн.		ржаной	60	3,89	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

19.мар.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 03 день

ишем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Г/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		запеканка творожная	150	43,09	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	2,24	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,32	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	10	12,1	150	0,52	0,52	12,74
			апельсины	110		44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	салат из кваш капусты	60	13,11	52	0,96	3,04	5,00
	гор.блю	124	суп картофельное с макарор издел	200	8,33	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	картофельное пюре	150	22,43	155	3,22	5,56	22,00
	гор.блю	471	котлеты рыбные с соусом	90	25,93	155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из изюма	200	2,75	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб черн.		ржаной	60	4,35	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.