

МЕНЮ с 7 лет

08.апр.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп День 07 день

Вид питания	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Кал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая молочная	185	26,44	222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	2,75	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,06	48	1,52	0,17	9,72
			апельсины	110		44	0,99	0,22	8,91
итого			сыр порциями						
Обед	закуска	71	огурцы св порциями	60	18,60	12	0,48	0,12	3,12
	гор.блюдо	124	борщ из св капусты	200	12,97	89	1,44	4,67	7,31
	гор.блюдо	518	рис отварной	150	14,68	228	3,81	6,11	38,61
	гор.блюдо	471	котлеты рубленые птиц	90	43,82	157	10,84	7,60	1,86
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	7,04	116	0,44	0,00	22,88
	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

08.апр.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп День 07 день

Вид питания	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая молочная	180	26,44	226	8,11	9,19	37,44
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	2,75	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,06	60	1,90	0,21	12,15
			апельсины	110		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
итого									
Обед	закуска	71	огурцы св порциями	60		20	0,80	0,20	5,20
	гор.блюдо	124	борщ из св капусты	250	22,64	111	1,8	5,84	9,14
	гор.блюдо	518	рис отварной	150	16,08	274	4,57	7,33	46,33
	гор.блюдо	471	котлеты рубленые с соусом	100	51,34	196	13,55	9,50	2,33
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	7,81	116	0,44	0,00	22,88
	хлеб черн.		ржаной	60	4,04	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.