

МЕНЮ с 7 лет

15.апр.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп День 02 день

Вид питания	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	25,89	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай с сахаром	200	2,75	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20	5,66	48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130	21	44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями		0,00				
	итого								
Обед	закуска	71	салат из белокачанной капусты	60	5,74	53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	борщ из св капусты	200	15,54	89	1,44	4,67	7,31
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	150	14,86	271	8,76	6,62	43,08
	гор.блю	471	котлеты рубленны с соусом	90	31,63	197	8,56	14,11	9,07
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	7,10	116	0,44	0,00	28,88
	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

15.апр.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ" Отд./корп День 02 день

Вид питания	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150	25,89	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	2,75	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20	5,66	48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130	21	44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
	итого								
Обед	закуска	71	салат из белокачанной капусты	100	9,50	88	1,53	5,08	9,42
	гор.блю	124	борщ из св капусты	250	14,31	111	1,8	5,84	9,14
	гор.блю	518	каша гречневая рассыпчатая	180	15,14	325	9,99	7,94	51,70
	гор.блю	471	котлеты рубленны с соусом	90(60\30)	36,87	230	10,51	16,46	10,58
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200	2,24	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	65	4,27	137	3,06	0,65	0,65
	итого								
	итого за день								

Директор школы: Пакулаева Е.В.