

МЕНЮ с 7 лет

17.апр.25

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

ишем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	21,64	154	4,21	4,80	22,29
	гор.напиток		компот из кураги	200	12,75	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,60	96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130	21	45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	0,00				
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	60	7,37	103	0,76	9,04	4,59
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	200	19,29	79	1,46	4,75	6,22
	гор.блю	518	плов из птицы	150	46,11	256	20,27	6,74	28,08
	сладкое	631	компот из чернослива	200	9,84	136	0,57	0,00	34,41
	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

17.апр.25

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

ишем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	21,64	185	6,76	2,30	3,90
	гор.напиток		компот из кураги	200	12,75	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,60	108	3,42	0,38	21,87
			яблоки св пор	100	21	45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	0,00				
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из свеклы	100	8,57	172	1,27	15,07	7,65
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	250	18,35	99	1,83	5,94	7,78
	гор.блю	518	плов из птицы	200	56,08	341	27,03	8,99	37,44
	сладкое	631	чай с сахаром	200	2,24	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60	3,87	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.