

МЕНЮ с 7 лет

18.апр.25

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

Ием пил	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша гречневая						
	гор.блюдо		молочная	150	26,44	222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток		какао с молоком	200	18,25	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,60	96	3,04	0,34	19,44
			фрукты	130	31,2	44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	60	10,32	76	0,82	6,07	4,52
			рассольник						
	гор.блю	124	ленинградский	200	14,79	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блю	518	картофель отварной	150	19,96	159	3,03	4,93	24,49
	гор.блю	471	птица с соусом	90	37,67	140	8,63	8,63	7,54
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	12,93	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60	6,48	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.

18.апр.25

МЕНЮ с 12 лет

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

Ием пил	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша гречневая						
	гор.блюдо		молочная	200	26,44	222	6,76	7,66	31,20
	гор.напиток		чай с молоком	200	18,25	86	1,60	1,65	17,36
	хлеб		хлеб пшеничный	45	4,60	108	3,42	0,38	21,87
			фрукты	130	31,2	44	0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	винегрет овощной	100	10,32	127	1,37	10,12	7,53
			рассольник						
	гор.блю	124	ленинградский	250	12,51	113	1,88	5,1	13,92
	гор.блю	518	картофель отварной	180	22,55	256	20,27	6,74	28,08
	гор.блю	471	птица с соусом	80(50\30)	31,38	191	3,64	5,92	29,39
	сладкое	631	чай с сахаром	200	2,24	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60	4,09	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор школы: Пакулаева Е.В.