

МЕНЮ с 7 лет

24.сен.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп

День 08 день

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	155		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		чай с фруктовым соком	200		95	0,34	0,02	24,53
	хлеб		хлеб пшеничный	60		96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	110		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями						
итого									
Обед	закуска	71	салат из кв капусты	60		52	0,96	3,04	5,00
	гор.блюдо	124	щи из свежей капусты	200		79	1,46	4,75	6,22
	гор.блюдо	518	картофельное пюре	150		155	3,22	5,56	22,00
	гор.блюдо	471	котлеты рыбные с соусом	90		155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор:

Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

24.сен.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп

День 08 день

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная пшеничная	155		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай с фруктовым соком	200		149	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40		48	1,52	0,17	9,72
			яблоки св пор	130		58,5	0,52	0,52	12,74
итого									
Обед	закуска	71	салат из кв капусты	60		52	0,96	3,04	5,00
	гор.блюдо	124	щи из свежей капусты	200		79	1,46	4,75	6,22
	гор.блюдо	518	картофельное пюре	150		155	3,22	5,56	22,00
	гор.блюдо	471	котлеты рыбные с соусом	80(50\30)		155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из чернослива	200		136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор:

Пакулаева Е.В.