

МЕНЮ с 7 лет

26.сен.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная с маслом	185		228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб		хлеб пшеничный	50		48	0,52	0,52	9,74
			яблоки св пор	110		59	0,52	0,52	12,74
итого			сыр порциями						
Обед	закуска	71	помидоры св порциями	60		90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	суп макаронными изделиями	200		117	2,26	4,3	16,68
	гор.блюдо	518	каша рассыпчатая	150		271	8,76	6,62	43,08
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	80(50\30)		165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор: Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

26.сен.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная	185	26,71	228	6,45	7,78	33,02
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200	2,75	116	0,44	0,00	28,88
	хлеб		хлеб пшеничный	50	3,68	48	0,52	0,52	9,74
			яблоки св пор	110		59	0,52	0,52	12,74
итого			сыр порциями						
Обед	закуска	71	помидоры св порциями	60		90	5,75	9,75	0,00
	гор.блюдо	124	суп макаронными изделиями	200	18,9	117	2,26	4,3	16,68
	гор.блюдо	518	каша рассыпчатая	150	15,14	271	8,76	6,62	43,08
	гор.блюдо	471	биточки с соусом	90	34,98	165	9,08	15,20	9,20
	сладкое	631	компот из свежих яблок	200	2,75	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		ржаной	60	4,27	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор: Пакулаева Е.В.