

МЕНЮ с 7 лет

30.сен.25

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

Вид прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша молочная рисовая	150		208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай с сахаром	200		109	0,16	0,16	27,87
	хлеб		хлеб пшеничный	20		48	1,52	0,17	9,72
			фрукты	130		44	0,99	0,22	8,91
			сыр порциями						
итого									
Обед									
	закуска	71	салат из белокачанной капусты	60		53	0,93	3,05	5,65
	гор.блю	124	борщ из св капусты	200		89	1,44	4,67	7,31
	гор.блю	518	каша гречневая	150		271	8,76	6,62	43,08
	гор.блю	471	котлеты рубленны с соусом	90		197	8,56	14,11	9,07
	сладкое	631	компот из сухофруктов	200		116	0,44	0,00	28,88
	хлеб черн.		ржаной	60		126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор: Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

30.сен.25

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

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

Директор: Пакулаева Е.В.