

МЕНЮ с 7 лет

01.окт.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ "

Отд./корп

День 03 день

и ем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		запеканка творожная	150	61,16	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	3,04	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	3,26	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	20	17,86	150	0,52	0,52	12,74
итого									
Обед	закуска	71	огурцы свежие порциями	60	9,86	52	0,96	3,04	5,00
	гор.блю	124	суп картофельное с макарон издел	200	15,27	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	картофельное пюре	150	22,08	155	3,22	5,56	22,00
	гор.блю	471	рыба отварная с соусом	80(50\30)	25,88	155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	компот из изюма	200	10,20	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб черн.		ржаной	60	5,44	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор :

Пакулаева Е.В.

МЕНЮ с 12 лет

01.окт.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ "

Отд./корп

День 03 день

и ем пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		запеканка творожная	150	61,16	317	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток		чай сахаром	200	3,04	57	3,04	3,39	27,79
	хлеб		хлеб пшеничный	40	3,26	96	1,52	0,17	9,72
			масло сливочное	13	17,86	150	0,52	0,52	12,74
							0,99	0,22	8,91
итого									
Обед	закуска	71	огурцы свежие порциями	100		52	0,96	3,04	5,00
	гор.блю	124	суп картофельное с макарор издел	200	19,08	118	4,71	3,73	15,96
	гор.блю	518	картофельное пюре	180	29,42	155	3,22	5,56	22,00
	гор.блю	471	рыба отварная с соусом	90	31,28	155	9,04	8,22	10,71
	сладкое	631	чай с сахаром	200	3,04	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб черн.		ржаной	60	4,00	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор:

Пакулаева Е.В.