

МЕНЮ с 7 лет

02.окт.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 04 день

и ем пии	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	25,98	154	4,21	4,80	22,29
	гор.напиток		чай с сахаром	200	3,04	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	40	4,00	96	3,04	0,34	19,44
			яблоки св пор	130		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	11,00				
итого									
Обед	закуска	71	салат из свеклы	60	17,73	103	0,76	9,04	4,59
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	200	16,38	79	1,46	4,75	6,22
	гор.блю	518	плов из птицы	150	48,00	256	20,27	6,74	28,08
	сладкое	631	компот из чернослива	200	12,30	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60	5,71	126	2,82	0,60	0,60
итого									
итого за день									

Директор

Пакулаева Е.В

МЕНЮ с 12 лет

02.окт.25

Школа МБОУ "Егоркинская СОШ " Отд./корп День 04 день

и ем пии	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	Белки	Жиры	/глеводы
Завтрак									
	гор.блюдо		каша пшеничная молочная	150	25,98	185	6,76	2,30	3,90
	гор.напиток		чай с сахаром	200	3,04	123	1,04	0,00	30,96
	хлеб		хлеб пшеничный	20	4,00	108	3,42	0,38	21,87
			яблоки св пор	100		45	0,4	0,4	9,8
			сыр порциями	10	11,00				
итого									
Обед	закуска	71	салат из свеклы	100	18,00	172	1,27	15,07	7,65
			щи из свежей капусты с						
	гор.блю	124	картофелем со сметаной	250	19,4	99	1,83	5,94	7,78
	гор.блю	518	плов из птицы	200	59,31	341	27,03	8,99	37,44
	сладкое	631	чай с сахаром	200	3,04	136	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		ржаной	60	5,00	137	3,06	0,65	0,65
итого									
итого за день									

Директор

Пакулаева Е.В