

Школа		МКОУ "Орловская СОШ"			Отд./корп			День	14.01.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с ма	150		210,72	6,49	9,29	25,12	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		1	0	0	0	
	хлеб	Н	Хлеб ржаной	60		137,94	3,36	0,66	1,44	
			15	Сыр (порциями) (Российский)	15		54	3,48	4,42	0
			14	Масло (порциями)	10		66	0,08	7,25	0,13
Обед	закуска	24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60		42,36	0,57	3,64	1,83	
	1 блюдо	119	Суп гороховый	200		439,4	5,72	38,52	12,5	
	2 блюдо	281	Биточки паровые	90		131,62	8,11	8,89	7,73	
	гарнир	142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	220		316,8	4,8	18,46	33,22	
	хлеб бел.	Н	хлеб пшеничный	60		140,28	4,74	0,6	1,26	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	180		119,52	0,59	0,07	28,82	

Директор МКОУ "Орловская СОШ" И.В.Голубева

