Школа	МКОУ "Орловская СОШ"			Отд./корп				День	17.01.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	150		289,65	13,93	24,82	2,64
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	180		90,54	2,84	2,41	14,35
	хлеб	Н	Хлеб ржаной	60		137,94	3,36	0,66	1,44
		131	Горох овощной отварной (с маслом)	30		20,29	0,93	1,06	1,72
		14	Масло (порциями)	10		66	0,08	7,25	0,13
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		7,2	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	81	Борщ	200		73	1,28	3,88	6,84
	2 блюдо	226	Рыба отварная (с соусом)	90		72	1,28	3,88	6,84
	гарнир	126	Картофель отварной с луком	150		166,95	3,1	6,99	20,85
	хлеб бел.	Н	хлеб пшеничный	60		140,28	4,74	0,6	1,26
	напиток	355	Кисель из концентрата	180		68,22	0	0	17,96

Директор МКОУ "Орловская СОШ" _____И.В.Голубева