

Школа	МКОУ "Орловская СОШ"				Отд./корп					День	24.01.2022
Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом (с молоком гущей)	160		314,67	9,22	7,12	52,7		
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		118,6	4,08	3,54	17,58		
	хлеб	Н	Хлеб ржаной	60		137,94	3,36	0,66	1,44		
Завтрак 2		14	Масло (порциями)	10		66	0,08	7,25	0,13		
	фрукты		банан	200		247	0,9	0,2	8,1		
Обед	закуска	20	Салат из свежих огурцов	60		39,96	0,45	3,61	1,41		
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	200		85,8	1,62	4,08	9,58		
	2 блюдо	232	Рыба, запеченная в сметанном соусе	220		364,36	17,8	16,26	36,54		
	сладкое	389	Сок фруктово-ягодный	180		297	18	1,8	52,2		
	хлеб бел.	Н	хлеб пшеничный	60		140,28	4,74	0,6	1,26		

Директор МКОУ "Орловская СОШ"

И.В. Голубева

