

Школа	МКОУ "Орловская СОШ"		Отд./корп			Белки	День	22.11.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	272	Биточки, запеченные под сметанным соусом с р	90		157,2	6,24	7,95	
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом	150		195,72	5,46	5,79	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180		50,27	0,11	0,02	
	хлеб	Н	Хлеб ржано-пшеничный	60		137,94	3,36	0,66	
			14	Масло (порциями)	10		66	0,08	7,25
	фрукты	338	Яблоко	100		47	0,4	0,4	
Обед	закуска	24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60		42,36	0,57	3,64	
	1 блюдо	477	Суп овощной	200		80	1,8	5	
	2 блюдо	296	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом	90		171,9	8,55	11,38	
	гарнир	302	Каша рассыпчатая	150		243,75	8,6	6,09	
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	180		119,52	0,59	0,07	
	хлеб бел.	Н	Хлеб пшеничный	60		140,28	4,74	0,6	
	хлеб черн.							1,26	

Директор МКОУ "Орловская СОШ" И.В.Голубева

