

Школа	МКОУ "Орловская СОШ"			Отд./корп				День	30.12.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная (с маслом или сахаром)	150		203,57	5,37	8,37	26,46	
	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
Завтрак 2	фрукты		банан	200		247	0,9	0,2	8,1	
Обед	закуска	48	Огурцы и помидоры свежие	60		47,64	0,5	3,67	3,16	
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом и фрикадельками	200		68,6	1,58	2,16	9,68	
	2 блюдо	268	Котлеты	90		281,46	13,5	19,8	11,72	
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	180		119,52	0,59	0,07	28,82	
	хлеб бел.	Н	хлеб пшеничный	60		140,28	4,74	0,6	1,26	
	хлеб черн.	309	Макаронные изделия отварные	150		168,45	5,52	4,51	26,44	

Директор МКОУ "Орловская СОШ" И.В.Голубева

