

Школа	МКОУ "Орловская СОШ"		Отд./корп			Белки	День	09.12.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	226	Рыба отварная (с соусом)	90		72	10,63	2,26	
	гарнир	311	Картофель отварной	120		113,88	2,29	3,46	
	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	101	Суп картофельный с крупой (рисовой, пшеном, х	200		68,6	1,58	2,16	
	2 блюдо	250	Бефстроганов	90		261	13,68	20,79	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные	150		168,45	5,52	4,51	
	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.								

Директор МКОУ "Орловская СОШ"

И.В.Голубева

