

Директор школы:

 М.Н. Султанбратова

Меню 10 дня

МОУ «Оршинская основная общеобразовательная школа
имени академика Ожиганова Л.И

« 3 » февраля 2023 г

| Наименование блюда | масса порции | Б | Ж | У | Ккал | Цена |
|--|-----------------|--------------|--------------|---------------|------------|------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша вязкая молочная из пшенной круп рец № 173 | 200/10 | 8,56 | 3,61 | 54,2 | 286 | |
| Какао с молоком сгущенным рец № 383 | 200 | 3,7 | 2,6 | 25,1 | 138 | |
| Хлеб ржаной б/н, с. 95 | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 44 | |
| Хлеб пшеничный б/н, с. 95 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71 | |
| Сыр порциями рец № 15 | 20 | 4,6 | 6,0 | 0,0 | 72 | |
| всего: | | 21,61 | 17,91 | 110,75 | 693 | |
| Обед | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем рец № 82 | 200 | 1,44 | 3,9 | 8,8 | 83 | |
| | 10 | 0,3 | 2,0 | 0,3 | 21 | |
| Гречка отварная (рассыпчатая) с маслом рец № 171 | 200/10 | 8,4 | 10,8 | 41,25 | 303,0 | |
| Гуляш из отварного мяса рец. №246 | 100 | 12,5 | 10,4 | 3,4 | 158 | |
| Чай с лимоном рец № 377 | 200 | 0,09 | 0,01 | 9,5 | 39 | |
| Хлеб ржаной б/н, с. 95 | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 44 | |
| Хлеб пшеничный б/н, с. 95 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71 | |
| всего: | | 26,68 | 27,61 | 86,4 | 719 | |

Шеф Повар:  А. А. Булыгина