

Директор школы:

 М.Н. Султанбратова

Меню 10 дня

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

« 20 » января 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