

Директор школы:

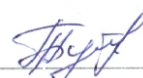
 М.Н. Султанбратова

Меню 7 дня

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

« 17 » января 2023 г

Наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	Ккал	Цена
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная из гречневой крупы рец № 173	200/10	6,2	5,3	27,9	184	
Чай с молоком рец. № 378	200	3,53	3,11	15,08	103	
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	
<b>всего:</b>		<b>19,08</b>	<b>20,11</b>	<b>74,43</b>	<b>556</b>	
<b>Обед</b>						
Уха с перловой крупой рец № 101	200	2,08	4,24	11,4	93	
	10	0,3	2,0	0,3	21	
Плов (из мяса) № 265	200	22,0	22,5	34,7	429	
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	
Икра свекольная рец № 75	50	1,12	2,3	6,2	50	
<b>всего:</b>		<b>29,54</b>	<b>31,55</b>	<b>85,25</b>	<b>747</b>	

Шеф Повар:  А. А. Булыгина