


Директор школы:  
 М.Н. Султанбратова

Меню 8 дня

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

« 18 » января 2023 г

Наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	Ккал	Цена
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная из пшеничной круп рец № 173	200/10	8,64	11,1	44,3	312	
Какао с молоком рец № 382	200	4,2	3,63	17,3	119	
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	
Масло сливочное рец № 14	10	0,08	7,25	0,13	66	
<b>всего:</b>		<b>36,87</b>	<b>23,98</b>	<b>86,88</b>	<b>627</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем рец № 88	200	1,4	4,0	6,3	72	
	10	0,3	2,0	0,3	21	
Макаронные изделия отварные рец № 202	200/10	7,57	4,63	38,31	217	
Рыба жареная рец. № 230	100	14,0	14,0	4,4	212	
Компот из сушеных фруктов рец № 389	200	0,44	0,02	27,8	113	
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	
Соус томатный рец № 348	50	0,6	2,1	4,0	37	
<b>всего:</b>		<b>28,26</b>	<b>27,25</b>	<b>104,26</b>	<b>787</b>	

Шеф Повар:  А. А. Булыгина