Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/21/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурцы свежие (порциями)	120	14.00	6	2	1	8
	1 блюдо	208	суп картофельный с мак. изделиями	300	39.95	110	1	1	7
	2 блюдо		биточки мясные	100	16.86	209	10	13	11
	гарнир		рис отварной	200	3.25	203	4	5	36
	сладкое	1041	чай с лимоном, какао с молоком	200	4.65	56	0	0	14
	хлеб бел.		хлеб йодированный	120	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/21/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурцы свежие (порциями)	60	14.00	6	2	1	8
	1 блюдо	208	суп картофельный с мак. изделиями	250	39.95	110	1	1	7
	2 блюдо		биточки мясные	80	16.86	209	10	13	11
	гарнир		рис отварной	150	3.25	203	4	5	36
	сладкое	1041	чай с лимоном, какао с молоком	200	4.65	56	0	0	14
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/22/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		икра кабачковая	100	14.00	76	10	10	48
	1 блюдо	208	суп картофельный с бобовыми	300	39.95	137	9	9	43
	2 блюдо		голубцы ленивые	100	26.00	251	9	9	57
	гарнир								
	сладкое	1041	чай с молоком	200	4.65	28	2	1	2
	хлеб бел.		хлеб йодированный	120	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа МБОУ Оротская СОШ Отд./корп День 11/22/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		икра кабачковая	60	14.00	76	10	10	48
	1 блюдо	208	суп картофельный с бобовыми	250	39.95	137	9	9	43
	2 блюдо		голубцы ленивые	80	26.00	251	9	9	57
	гарнир								
	сладкое	1041	чай с молоком	200	4.65	28	2	1	2
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/23/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурцы соленые (порциями)	100	14.00	7	0	0	1
	1 блюдо	208	щи из свежей капусты	300	39.95	81	2	5	8
	2 блюдо		биточки рыбные	100	16.86	177	9	11	11
	гарнир		картофельное пюре	200	20.00	132	3	4	20
	сладкое	1041	чай с вареньем, сахаром	200	4.65	53	2	0	11
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/23/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурцы соленые (порциями)	60	14.00	7	0	0	1
	1 блюдо	208	щи из свежей капусты	250	39.95	81	2	5	8
	2 блюдо		биточки рыбные	80	16.86	178	9	11	11
	гарнир		картофельное пюре	150	20.00	132	3	4	20
	сладкое	1041	чай с вареньем, сахаром	200	4.65	53	2	0	11
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/24/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		закуска из свежей моркови	60	5.87	109	1	10	4
	1 блюдо	208	уха рыбацкая	250	39.95	110	3	3	19
	2 блюдо		котлета мясная	80	16.86	209	10	13	11
	гарнир		каша гречневая, перловая	150	4.32	225	8	5	36
	сладкое	1041	компот из сухофруктов	200	4.65	99	1	0	24
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/24/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		икра кабачковая	100	14.00	76	10	10	35
	1 блюдо	208	рассольник "Ленинградский"	250	39.95	119	2	5	16
	2 блюдо		запеканка творожная со сгущ.молоком	150	16.86	355	20	9	37
	гарнир								
	сладкое	1041	чай с молоком	200	4.65	28	2	1	2
	хлеб бел.		хлеб йодированный	120	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/25/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		икра кабачковая	60	14.00	76	10	10	35
	1 блюдо	208	рассольник "Ленинградский"	250	39.95	119	2	5	16
	2 блюдо		запеканка творожная со сгущ.молоком	150	16.86	355	20	9	37
	гарнир								
	сладкое	1041	чай с молоком	200	4.65	28	2	1	2
	хлеб бел.		хлеб йодированный	30	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								

Школа	МБОУ Оротская СОШ	Отд./корп		День	11/25/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		закуска из свежей моркови	100	14.00	109	1	10	4
	1 блюдо	208	уха Рыбацкая	300	39.95	110	3	3	19
	2 блюдо		котлета мясная	100	16.86	209	10	13	11
	гарнир		каша гречневая	200	4.32	225	8	5	36
	сладкое	1041	компот из сухофруктов	200	4.65	99	1	0	24
	хлеб бел.		хлеб йодированный	120	3.30	88	3	0	19
	хлеб черн.								