

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ

10 октября 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

1 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак</b>							
1 Суп молочный с макаронными изделиями	28,60	200	4,673	3,868	17,298	123,442	40
2 Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3 Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	12
4 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5 Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
<b>Итого:</b>	<b>67,10</b>	<b>530,0</b>	<b>11,335</b>	<b>15,149</b>	<b>64,132</b>	<b>442,594</b>	



Огласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ

11 октября 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

2 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
<b>Завтрак</b>							
1 Омлет запеченный с сыром	36,10	150	9,930	13,317	17,477	229,800	70
2 Горошек зеленый консервированный	3,50	20	0,620	0,040	1,300	8,000	4
3 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4 Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	7,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5 Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	49
6 Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>520,0</b>	<b>16,8</b>	<b>17,0</b>	<b>77,3</b>	<b>531,4</b>	



огласовано:

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ОАО «Рынок» Орловского района  
Н.А. Дреева



## МЕНЮ

12 октября 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

3 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак</b>							
1 Салат из свеклы отварной	4,00	40	0,520	0,040	1,960	10,400	25
2 Котлеты московские со сметанно-томатным соусом	33,60	60	9,791	10,856	8,945	173,050	78/79
3 Картофель отварной с зеленью	15,00	150	3,395	5,481	21,109	140,370	13
4 Мармелад	4,00	15	0,015	0,000	11,910	48,150	-
5 Хлеб йодированный	2,50	50	3,800	1,400	25,700	130,600	49
6 Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>502,0</b>	<b>17,575</b>	<b>17,783</b>	<b>78,789</b>	<b>540,532</b>	



асовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ

13 октября 2022 г

### ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак</b>							
апеканка творожная с молочным соусом	37,10	220	16,895	15,104	34,429	371,420	75/80
сыр порционный	9,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
фрукты	13,00	100	0,800	0,200	7,500	38,000	28
Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>555,0</b>	<b>24,735</b>	<b>20,424</b>	<b>73,470</b>	<b>611,802</b>	



огласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



## МЕНЮ

14 октября 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

5 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак</b>							
1 Салат из сырых овощей	3,00	30	0,840	2,580	1,140	31,500	96
2 Гуляш (говядина/свинина)	33,10	90	13,88	14,90	3,47	203,76	23
3 Картофельное пюре	15,00	150	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4 Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5 Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	6,00	40	5,449	5,730	32,282	202,738	18
6 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>537,0</b>	<b>26,546</b>	<b>28,328</b>	<b>88,796</b>	<b>718,625</b>	