

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

17 октября 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

6 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Макароны, запеченные с яйцом	23,50	200,0	12,68	16,33	17,87	308,57	35
2 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
3 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
4 Фрукты (яблоко)	8,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого:	40,00	550,0	17,0	18,3	80,1	600,8	
Обед — 96 руб.							
1 Суп с бобовыми (горох)	23,00	250,0	8,33	5,73	20,13	165,25	14
2 Колбаса «Бутербродная» (порциями)	24,00	60,0	7,2	12	0	138	36
3 Макароны отварные с маслом	20,00	200,0	7,07	7,33	43,6	269,30	10
4 Салат витаминный	6,00	50,0	0,6	1,65	5,85	41	87
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
7 Кондитерское изделие (вафли)	14,00	40,0	2,20	2,60	13,96	84,36	-
Итого:	96,00	850,0	29,4	30,9	135,9	943,1	
Итого день:	136,00	1400,0	46,4	49,2	216,0	1543,9	

Согласовано:

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



МЕНЮ

18 октября 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша пшеничная рассыпчатая	11,0	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
2 Рагу из овощей	21,0	150,0	5,80	5,50	8,60	133,40	12
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,0	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Чай с сахаром	6,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого	40,0	550,0	15,88	15,81	83,91	571,68	
Обед — 96 руб.							
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	23,00	250,0	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	25,50	100,0	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3 Рис отварной	10,00	160,0	3,80	5,7	38,8	222,6	3
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,00	60,0	1,14	5,34	4,62	71,4	16
5 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7 Фрукты (яблоко)	21,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого:	96,0	960,0	28,6	24,4	130,1	861,2	
Итого день:	136,0	1510,0	44,5	40,2	214,1	1432,9	

Согласовано:

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



МЕНЮ

19 октября 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

8 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Суп молочный с макаронными изделиями	20,5	250,0	9,88	9,68	15,33	167,78	40
2 Бутерброды с сыром	10,5	45,0	5,22	7,47	13,35	141,30	23
3 Хлеб пшеничный йодированный	3,0	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
4 Компот из свежих плодов	6,0	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого:	40,0	555,0	19,8	19,0	87,4	580,4	
Обед — 96 руб.							
1 Борщ с капустой и картофелем	23,00	250,0	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Тертель	25,50	80	5	11,99	7,27	164,36	15
3 Макароны изделия отварные с маслом	14,50	160,0	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4 Салат из свеклы отварной	5,00	50,0	0,65	2,25	3,80	38,05	25
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6 Кисломолочный продукт (ряженка)	25,50	180,0	5,22	5,22	7,56	91,80	30
Итого:	96,00	770,0	25,9	32,2	90,3	760,3	
Итого день:	136,0	1325,0	45,7	51,1	177,7	1340,7	

Согласовано:

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



МЕНЮ

20 октября 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша жидкая молочная (овсяная)	16,5	200,0	9,50	9,38	16,72	240,75	17
2 Пирожок с повидлом	15,0	100,0	7,50	7,99	19,24	304,00	41
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,5	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
4 Чай с сахаром	6,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого	40,0	550,0	21,0	18,8	67,0	702,2	
Обед — 96 руб.							
1 Суп картофельный с клецками	23,00	250,0	5,78	4,10	14,3	116,9	30
2 Курица тушеная с морковью	34,00	100,0	14,1	6,30	4,4	131,3	43
3 Каша пшеничная рассыпчатая	16,00	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	4,50	30,0	0,27	1,54	0,94	18,72	8
5 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	-
7 Фрукты (яблоко)	8,00	100,0	0,50	0,50	12,50	58,75	-
Итого:	96,00	930,0	34,5	24,2	134,1	894,5	
Итого день:	136,0	1480,0	55,5	42,9	201,0	1596,7	

Согласовано:

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



МЕНЮ

21 октября 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

10 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тар. карт.
Завтрак- 40 руб.							
1 Яйцо вареное	8,5	1 шт.	7,8	5,40	0,3	56,6	21
2 Масло «Крестьянское» сладко-сливочное (порциями)	4,5	10,0	0,01	8,2	0,1	74,8	20
3 Макароны изделия отварные с маслом	13,0	180,0	6,36	6,6	39,24	242,40	1
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,0	60,0	3,14	2,34	4,62	71,4	1
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,0	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	
6 Компот из свежих плодов	6,0	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	1
Итого	40,0	550,0	20,51	23,82	91,74	664,28	
Обед — 96 руб.							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	23,00	250,0	2,69	2,84	17,5	118,3	
2 Печень, тушеная в соусе	33,70	100,0	12,81	6,5	9,45	225,95	
3 Каша перловая рассыпчатая	15,00	150,0	4,40	5,9	30,5	192,9	
4 Салат из сырых овощей	5,80	60,0	1,020	3,000	5,080	51,420	
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	
7 Кондитерское изделие (вафли)	10,00	40,0	2,20	2,60	13,96	84,36	
Итого:	96,00	850,0	27,1	22,4	128,8	918,1	
Итого день:	136,0	1400,0	47,6	46,2	220,6	1582,4	