

Согласовано:

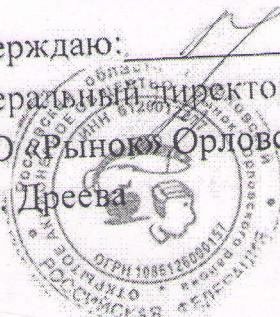


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

9 марта 2022 г

СРЕДА

3 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 70 руб.							
1 Котлеты Московские со сметанно-томатным соусом	39,50	80,0	13,05	14,47	11,93	230,7	270M ссж,3: М
2 Картофельное пюре/Картофель отварной	15,00	150,0	3,40	5,48	21,11	140,37	74/1
3 Салат из свеклы отварной	7,50	50,0	0,65	0,05	2,45	13,00	68
4 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
5 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого:	70,00	520,0	19,9	20,5	63,8	511,4	
Обед — 40 руб.							
1 Суп-лапша домашняя/суп картофельный с крупой (гречневой)	18,00	250,0	7,80	8,80	13,9	120,0	23/
2 Сдоба обыкновенная	8,00	50,0	5,8	6,6	30,5	197,0	26
3 Сыр (порциями)	6,00	10,0	1,27	1,6	0	10,0	6
4 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
5 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого:	40,00	550,0	17,7	17,5	72,7	454,3	
Итого день:		1070,0	37,6	38,0	136,6	965,8	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

10 марта 2022 г

ЧЕТВЕРГ

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак - 70 руб.							
1 Плов из птицы	52,00	150,0	11,10	11,10	25,40	231,00	8
2 Винегрет овощной	10,00	50,0	1,40	4,30	1,90	52,50	29
3 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого	70,00	440,0	15,3	15,9	55,7	410,8	
Обед — 40 руб.							
Суп картофельный с крупой (пшеничной крупой/ячневой/перловой/пше							
1 но/рис	22,00	250,0	6,50	4,00	18,30	183,00	3
2 Бутерброд с маслом	10,00	40,0	1,76	10,4	10,88	184	76
3 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого:	40,00	530,0	11,1	14,9	57,5	494,3	
Итого день:		970,0	26,4	30,8	113,2	905,2	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор
ОАО «Рыбнок» Орловского района
Н.А. Дреева



МЕНЮ

11 марта 2022 г

ПЯТНИЦА

5 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак- 70 руб.							
1 Гуляш (говядина/свинина)	37,00	100	15,4	16,56	3,86	226,4	71
2 Картофельное пюре/Картофель отварной	15,00	150,0	3,40	5,48	21,11	140,37	74/13
3 Салат из квашеной капусты	5,00	30,0	0,390	1,500	2,400	25,200	51
4 Хлеб йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5 Печенье/пряник/вафли	5,00	20,0	3,30	4,25	36,20	105,39	26
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого	70,00	540,0	25,5	28,9	84,1	601,8	
Обед — 40 руб.							
1 Суп картофельный с клецками	23,00	250,0	2,10	3,36	12,1	237,3	33
2 Сыр (порциями)	9,00	15,0	1,9	2,4	0	15,0	61
3 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого:	40,00	505,0	6,8	6,2	40,5	379,6	
Итого день:		1045,0	32,4	35,2	124,6	981,5	