

Согласовано: _____

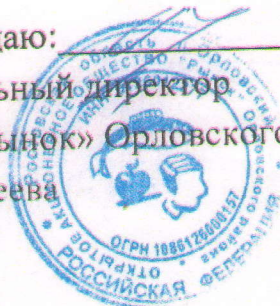


Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



МЕНЮ

21 марта 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак - 70 руб.							
1 Сосиски, сардельки	35,00	60,0	10,6	10,4	1	164	9
2 Макароны отварные	15,00	130,0	3,42	3,93	17,51	211,90	11
3 Салат витаминный/салат из квашеной капусты	12,00	50,0	0,6	1,65	5,85	41	31
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	480,0	17,5	16,5	52,7	544,2	
Обед — 40 руб.							
1 Борщ с капустой и	21,50	250,0	8,00	10,20	13,10	106,00	7
2 Оладьи (с повидлом)/ Пирожок с повидлом	10,50	135/15/75	15,38	17,00	42,00	300,00	40/7
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	640,0	26,2	27,7	83,5	533,3	
Итого за день:		1120,0	43,7	44,1	136,2	1077,6	

Согласовано: _____



Утверждаю: _____

Генеральный директор
ОАО «Рынок» Орловского района
Н.А. Древа



МЕНЮ

22 марта 2022 г

ВТОРНИК

2 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак- 70 руб.							
1 Тефтели	35,00	80	9,93	13,32	17,48	229,8	70
Рис отварной/каша пшеничная/каша перловая/каша ячневая	17,50	180,0	4,61	6,45	48,2	269,32	
3 Консервы овощные закусочные(горошек зеленый консервированный)	7,50	30	0,62	0,04	1,3	8	44
4 Хлеб йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5 Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	8,00	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2/
Итого	70,00	530	18,8	20,93	118,94	735,6	
Обед — 40 руб.							
1 Суп с бобовыми	20,00	250,0	8,60	6,70	14,00	163,00	
2 Рагу овощное	10,00	150,0	3,45	8,65	8,05	145,50	1
3 Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,40	0,72	16,24	83,20	
4 Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	8,00	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2
Итого:	40,00	640,0	15,1	16,1	69,7	515,7	
Итого день:		1170,0	33,9	37,0	188,6	1251,3	

Согласовано: _____



Утверждаю:

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



МЕНЮ

23 марта 2022 г

СРЕДА

3 день

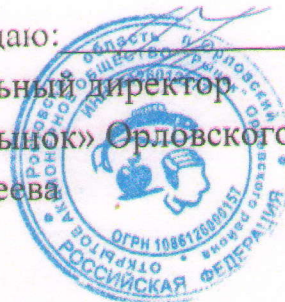
Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тар. Карт
Завтрак - 70 руб.							
1 Котлеты Московские со сметанно-томатным соусом	39,50	80,0	13,05	14,47	11,93	230,7	270М сжж,3 М
2 Картофельное пюре/Картофель отварной	15,00	150,0	3,40	5,48	21,11	140,37	74/1
3 Салат из свеклы отварной	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	23/3
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	61
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. Древа



МЕНЮ

24 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/пшено/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	