

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ Остров Ямской СОШ*  
*Жонина*

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



## МЕНЮ

4 апреля 2022 г

### ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

1 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша ячневая рассыпчатая	11,00	180,0	8,60	8,88	20,2	246,38	46
2 Салат из квашеной капусты	6,00	50,0	0,85	2,5	4,23	42,85	4
3 Оладьи (с повидлом)	14,00	85,0	5,98	5,98	13,73	224,09	6
4 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
5 Чай с сахаром	7,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>555,0</b>	<b>18,7</b>	<b>18,5</b>	<b>64,3</b>	<b>644,6</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 картофелем	23,00	250,0	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Сосиски, сардельки	27,00	60,0	6,01	13	0,2	150	9
3 Макароны отварные с маслом	17,00	180,0	6,36	6,6	39,24	242,40	10
4 Салат из квашеной капусты	7,00	50,0	0,85	2,5	4,23	42,85	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Какао с молоком	19,00	200,0	4,60	4,40	12,50	107,20	45
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>830,0</b>	<b>30,2</b>	<b>34,4</b>	<b>114,7</b>	<b>897,6</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1030,0</b>	<b>30,4</b>	<b>34,4</b>	<b>121,2</b>	<b>924,4</b>	

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ Орловской СОШ*  
*Жу*



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



**МЕНЮ**

**5 апреля 2022 г**

**ВТОРНИК**

**Возрастная категория: от 7 лет и старше**

**ОВЗ**

**2 день**

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша пшеничная рассыпчатая	10,50	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
2 Рагу из овощей	21,00	150,0	5,80	5,50	8,60	133,40	12
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Компот из свежих плодов	6,50	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>15,8</b>	<b>16,0</b>	<b>105,3</b>	<b>659,5</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	23,00	250,0	8,33	5,73	20,13	165,25	14
2 Тефтели	28,50	80	5	11,99	7,27	164,36	9
3 Каша рассыпчатая (перловая)	17,00	180,0	5,30	7,2	36,6	231,5	10
4 Консервы овощные закусочные(горошек зеленый консервированный)	4,50	30	0,9	0,08	1,8	11,1	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
7 Фрукты (яблоко)	14,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>900,0</b>	<b>24,7</b>	<b>27,2</b>	<b>134,3</b>	<b>890,5</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1450,0</b>	<b>40,5</b>	<b>43,2</b>	<b>239,6</b>	<b>1550,0</b>	

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ Орловской СОШ*  
*Ком.*



Утверждаю: *[Signature]*  
 Генеральный директор  
 ОАО «Рынок» Орловского района  
 Н.А. Дреева



## МЕНЮ

6 апреля 2022 г

### СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

### ОВЗ

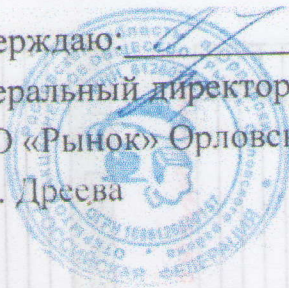
3 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша жидкая молочная (овсяная)	18,00	250,0	11,88	11,3	20,9	240,75	17
2 Булочка школьная	7,50	50,0	5,3	5,6	9,3	144,8	18
3 Сыр «Российский» (порциями)	6,00	10,0	2,33	2,93	0	35,8	19
4 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
5 Чай с сахаром	6,50	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>22,8</b>	<b>21,0</b>	<b>56,3</b>	<b>552,7</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	18,00	250,0	2,69	2,84	17,5	118,3	22
2 Гуляш (говядина/свинина)	30,00	100	16,88/1 0,64	16,38/2 8,19	4/2,89	232/309	23
3 Картофельное пюре	9,00	160,0	3,30	6,4	21,01	155,52	24
4 Салат из свеклы отварной	5,00	50,0	0,65	2,25	3,80	38,05	25
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7 Творожный сырок	26,00	40,0	2,80	10,48	13,12	160,00	-
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>860,0</b>	<b>31,08/2 4,84</b>	<b>40,3/ 51,84</b>	<b>96,77/ 95,66</b>	<b>887,39/ 964,38</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1410,0</b>	<b>49,48/4 3,24</b>	<b>55,3/ 66,84</b>	<b>182,07/ 180,63</b>	<b>1440,09/ 1517,08</b>	

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ Островянской СОШ*  
*Кочий Э.*



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



## МЕНЮ

7 апреля 2022 г

## ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

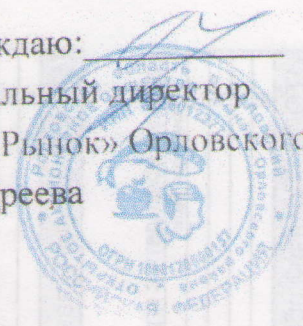
### ОВЗ

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша жидкая молочная (рисовая)	20,60	210,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2 Бутерброд с маслом	5,00	40,0	2,36	7,49	14,89	136	26
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
5 Фрукты (яблоко)	6,40	80,0	0,32	0,32	7,84	37,60	28
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>570,0</b>	<b>16,3</b>	<b>17,9</b>	<b>91,0</b>	<b>596,1</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с крупой (перловая)	23,00	250,0	2,50	2,75	16,25	92,50	29
2 Плов из птицы	35,50	200,0	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3 Винегрет овощной	7,50	60,0	0,72	5,40	4,02	67,14	32
4 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
5 Кисломолочный продукт (снежок/йогурт)	25,50	180,0	5,22	4,50	7,56	91,80	37
<b>Итого:</b>	<b>96,0</b>	<b>780,0</b>	<b>42,6</b>	<b>23,3</b>	<b>107,3</b>	<b>801,1</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1350,0</b>	<b>58,9</b>	<b>41,2</b>	<b>198,3</b>	<b>1397,2</b>	

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ Орловской СОШ*  
*Кон*

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



**МЕНЮ**

8 апреля 2022 г

**ПЯТНИЦА**

**Возрастная категория: от 7 и старше**

**ОВЗ**

**5 день**

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша рассыпчатая (гречневая)	19,30	180	9,8	7,3	18,1	286,7	1
2 Соус красный основной	3,00	50	1,65	1,2	2,35	34,95	33
3 Салат из квашеной капусты	7,20	60,0	1,020	3,000	5,080	51,420	4
4 Печенье «Со ароматом топленого молока»	2,50	20,0	1,44	5,3	8,6	103,8	-
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>17,2</b>	<b>17,9</b>	<b>60,2</b>	<b>608,2</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с клецками	23,00	250,0	5,78	4,10	14,3	116,9	30
2 Котлеты мясные	31,70	80,0	14,93	3,09	10,13	128,2	34
3 Каша пшеничная/гречневая рассыпчатая	15,00	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4 Салат из квашеной капусты	4,80	50,0	0,85	2,5	4,23	42,85	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Какао с молоком	19,00	200,0	3,40	4,40	12,50	107,20	6
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>830,0</b>	<b>38,6</b>	<b>25,8</b>	<b>136,6</b>	<b>937,2</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1380,0</b>	<b>55,8</b>	<b>43,7</b>	<b>196,8</b>	<b>1545,4</b>	