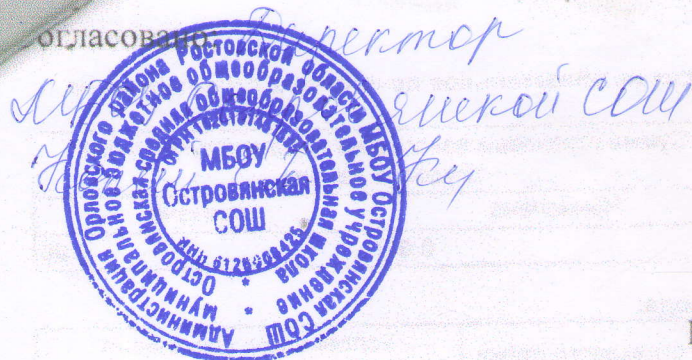
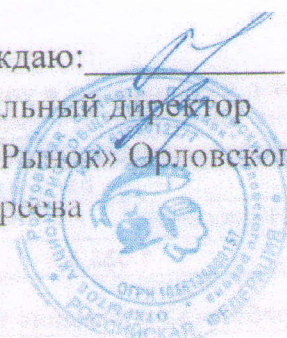


огласован



Утверждаю:

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



## МЕНЮ

11 апреля 2022 г

### ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

6 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т.х. Карты
<b>Завтрак - 40 руб.</b>							
1 Макароны, запеченные с яйцом	23,50	200,0	12,68	16,33	17,87	308,57	357
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
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>17,0</b>	<b>18,3</b>	<b>80,1</b>	<b>600,8</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	18,00	200/250	6,66/ 8,33	4,5/ 5,73	16,1/ 20,13	132,2/ 165,25	14
2 Колбаса «Бутербродная» (порциями)	24,00	60,0	7,2	12	0	138	36
3 Макаaronные изделия отварные с маслом	13,00	150/200	5,3/ 7,07	5,5/ 7,33	32,7/ 43,6	202/ 269,3	10
4 Овощи натуральные соленые (огурцы)	6,00	50,0	0,4	0,05	0,09	5	38
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/50	4,56/ 3,8	1,68/ 1,4	30,84/ 24,5	156,72/ 130,6	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	180/200	0,14/ 0,16	0,14/ 0,16	25,09/ 27,88	103,14/ 114,6	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>700/810</b>	<b>24,3/ 27</b>	<b>24/ 26,7</b>	<b>104,8/ 116,2</b>	<b>737,1/ 822,8</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>110,00</b>	<b>1250/ 1360</b>	<b>41,3/ 44</b>	<b>42,3/ 45</b>	<b>184,9/ 196,2</b>	<b>1337,9/ 1423,5</b>	

огласовано: *Директор*  
*МБОУ Острованской СОШ*  
*Копии*



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



**МЕНЮ**

12 апреля 2022 г

**ВТОРНИК**

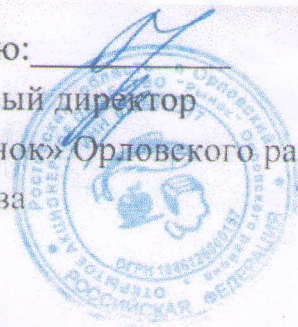
**Возрастная категория: от 7 и старше**

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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
<b>Итого</b>	<b>40,0</b>	<b>550,0</b>	<b>15,88</b>	<b>15,81</b>	<b>83,91</b>	<b>571,68</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	18,00	200/250	2/2,5	2,2/3	13/18,3	74/113	29
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	25,50	90/100	12,34/13,71	6,7/7,43	5,27/5,86	130,76/145,29	33
3 Рис отварной	10,00	150/160	3,6/3,8	5,4/5,7	36,4/38,8	208,7/222,6	31
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,00	50/60	0,95/1,14	4,45/5,34	3,85/4,62	59,5/71,4	16
5 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	40/90	3,04/6,84	1,12/2,52	19,6/46,26	104,48/235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/26,8	7
<b>Итого:</b>	<b>70,0</b>	<b>710/860</b>	<b>22,1/28,2</b>	<b>19,9/24</b>	<b>84/120,3</b>	<b>632,2/814,2</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>110,0</b>	<b>1260/1410</b>	<b>37,98/44,1</b>	<b>35,71/39,8</b>	<b>167,91/204,3</b>	<b>1203,88/1385,9</b>	

Огласовано: *Директор  
МБОУ Островянской СОШ  
Котий Е.А.*

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



**МЕНЮ**

14 апреля 2022 г

**ЧЕТВЕРГ**

Возрастная категория: от 7 и старше

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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
<b>Итого</b>	<b>40,0</b>	<b>550,0</b>	<b>21,0</b>	<b>18,8</b>	<b>67,0</b>	<b>702,2</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп картофельный с клецками	18,00	200/250	4,62/ 5,78	3,28/ 4,1	11,4/14,25	93,5/ 116,88	30
2 Курица тушеная с морковью	30,50	100,0	14,1	6,30	4,4	131,3	43
3 Каша пшеничная рассыпчатая	8,00	150/160	6,41/ 6,84	8,61/ 9,19	46,13/ 49,21	287,8/ 307	11
4 Салат из свеклы отварной	4,50	30,0	0,39	1,35	2,28	22,83	25
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	29,4/46,26	156,72/ 235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>720/830</b>	<b>30,3/ 34,2</b>	<b>21,2/ 23,5</b>	<b>99,5/ 122,9</b>	<b>716,3/ 839,9</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>110,0</b>	<b>1270/ 1380</b>	<b>51,3/ 55,2</b>	<b>40/ 42,2</b>	<b>166,5/ 189,9</b>	<b>1418,5/ 1542</b>	

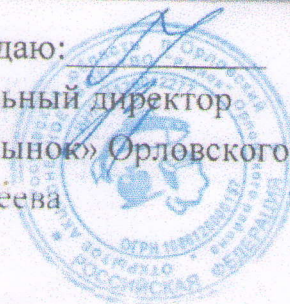
Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



Директор  
МБОУ Орловской СОШ  
Комитет



## МЕНЮ

15 апреля 2022 г

### ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

10 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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	10
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,0	60,0	3,14	2,34	4,62	71,4	16
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	13
<b>Итого</b>	<b>40,0</b>	<b>550,0</b>	<b>20,51</b>	<b>23,82</b>	<b>91,74</b>	<b>664,28</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	18,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	22
2 Печень, тушеная в соусе	31,20	100,0	12,81	6,5	9,45	225,95	44
3 Каша перловая рассыпчатая	8,00	150,0	4,40	5,9	30,5	192,9	2
4 Салат из квашеной капусты	4,80	40/60	0,68/ 1,02	2/3	3,4/5,08	34,28/ 51,42	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40/50	3,04/ 3,8	1,12/ 1,4	19,6/24,5	104,4// 130,6	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	180/200	0,14/ 0,16	0,14/ 0,16	25,09/ 27,88	103,14/ 114,6	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>710/810</b>	<b>23,2/ 24,9</b>	<b>17,9/ 19,8</b>	<b>102/114,9</b>	<b>755,4/ 833,7</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>110,0</b>	<b>1260/ 1360</b>	<b>43,71/4 5,4</b>	<b>41,72/4 3,2</b>	<b>193,74/ 206,6</b>	<b>1419,68/ 1498</b>	