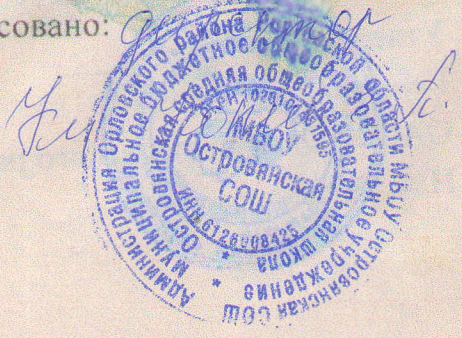
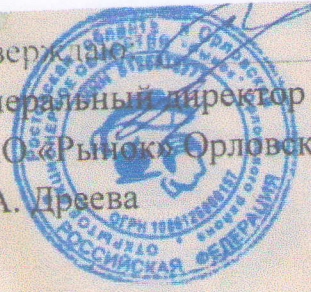


Согласовано:



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



МЕНЮ

4 мая 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

3 день

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|--|---------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 40,00 | 550,0 | 22,8 | 21,0 | 56,3 | 552,7 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 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 Гуляш (говядина/свинина) | 30,00 | 90/100 | 16,88/1 0,64 | 16,38/2 8,19 | 4/2,89 | 232/309 145,8/ | 23 |
| 3 Картофельное пюре | 9,00 | 150/160 | 3,1/3,3 | 6/6,4 | 19,7/21,01 | 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 | 40/60 | 3,04/ 4,56 | 1,12/ 1,68 | 20,56/ 30,84 | 104,48/ 156,72 | - |
| 6 Чай с сахаром | 6,00 | 180/200 | 0,20 | 0,00 | 5,9/6,5 | 24,1/ 26,8 | 7 |
| Итого: | 70,00 | 710/820 | 26,02/2 2,04 | 28,02/4 1,36 | 67,96/ 82,54 | 639,03/ 804,39 | |
| Итого за день: | 110,00 | 1260/ 1370 | 48,82/4 4,84 | 49,02/6 2,36 | 124,26/ 138,84 | 1191,73/ 1357,09 | |

гласовано:

директор
Жу



Утверждаю

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

И.А. Дреева



МЕНЮ

5 мая 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

4 день

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|--|---------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 40,00 | 570,0 | 16,3 | 17,9 | 91,0 | 596,1 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 1 Суп картофельный с крупой (перловая) | 18,00 | 200/ 250 | 2,2/ 2,75 | 2,2/ 2,75 | 13/16,25 | 74/92,5 | 29 |
| 2 Плов из птицы | 35,50 | 200,0 | 27,30 | 8,10 | 33,20 | 314,60 | 31 |
| 3 Винегрет овощной | 7,50 | 50/60 | 0,6/ 0,72 | 4,5/5,4 | 3,35/4,02 | 55,95/ 67,14 | 32 |
| 4 Хлеб пшеничный йодированный | 3,00 | 60/90 | 4,56/ 6,84 | 1,68/ 2,52 | 30,84/ 46,26 | 156,72/ 235,08 | - |
| 5 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 |
| Итого: | 70,00 | 690/ 800 | 34,6/ 37,52 | 16,62/1 8,93 | 105,48/ 127,61 | 704,41/ 823,92 | |
| Итого за день: | 110,00 | 1260/ 1370 | 50,9/ 53,82 | 34,52/3 6,83 | 196,48/ 218,61 | 1300,51/ 1420,02 | |

гласовано:

*директор
Жу Юрий Е.С.*



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



МЕНЮ

6 мая 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

5 день

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|--|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------|
| Завтрак - 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 40,00 | 550,0 | 17,2 | 17,9 | 60,2 | 608,2 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 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 Котлеты мясные | 28,70 | 80,0 | 14,93 | 3,09 | 10,13 | 128,2 | 34 |
| 3 Каша пшеничная/гречневая рассыпчатая | 10,00 | 150/ 160 | 8,2/ 6,84 | 6,9/ 9,19 | 35,9/49,21 | 238,9/ 307 | 11 |
| 4 Салат из квашеной капусты | 4,80 | 40/50 | 0,68/ 0,85 | 2/2,5 | 3,4/4,23 | 34,28/ 42,85 | 4 |
| 5 Хлеб пшеничный йодированный | 2,50 | 50/90 | 3,8/ 6,84 | 1,4/ 2,52 | 24,5/46,26 | 130,6/ 235,08 | - |
| 6 Чай с сахаром | 6,00 | 180/200 | 0,20 | 0,00 | 5,9/6,5 | 24,1/ 26,8 | 7 |
| Итого: | 70,00 | 700/ 830 | 32,4/ 35,4 | 16,7/ 21,4 | 91,2/130,6 | 649,6/ 856,8 | |
| Итого за день: | 110,00 | 1250/ 1380 | 49,6/ 52,6 | 34,6/ 39,3 | 151,4/ 190,8 | 1257,8/ 1465 | |