

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

5 декабря 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

1 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	28,60	200	4,673	3,868	17,298	123,442	40
2	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3	Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	12
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	Итого:	67,10	530,0	11,335	15,149	64,132	442,594	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

12 декабря 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

6 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Овощи натуральные соленые(огурцы/помидоры)	4,00	30	0,420	0,765	1,347	13,200	38
2	Котлеты рыбные/рыба, запеченная с овощами	33,10	100	10,629	10,414	11,817	183,876	65/69
3	отварная/гарнир пшеничный/ячневый/перловы й	11,00	180	4,614	6,450	48,204	269,322	1/10/4 2
4	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	67
5	Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	-
	Итого	67,10	520,0	21,085	20,980	93,132	646,340	

Согласовано:



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



МЕНЮ

6 декабря 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

2 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак								
1	Омлет запеченный с сыром	36,10	150	9,930	13,317	17,477	229,800	70
2	Горошек зеленый консервированный	3,50	20	0,620	0,040	1,300	8,000	4
3	Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	7,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5	Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	49
6	Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
	Итого	67,10	520,0	16,8	17,0	77,3	531,4	

Согласовано:



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



МЕНЮ

13 декабря 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы							
1 Сырники с морковью и молоком сгущенным	44,10	160	18,370	19,091	50,482	450,975	59
2 Чай с лимоном	8,00	187	0,063	0,007	15,183	62,242	55
3 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
4 Фрукты	13,00	100	0,800	0,400	8,100	47,000	28
Итого	67,10	487,0	22,273	20,618	94,325	664,697	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дресва



МЕНЮ

7 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

3 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак								
1	Салат из свеклы отварной	4,00	40	0,520	0,040	1,960	10,400	25
2	Котлеты московские со сметанно-томатным соусом	33,60	60	9,791	10,856	8,945	173,050	78/79
3	Картофель отварной с зеленью	15,00	150	3,395	5,481	21,109	140,370	13
4	Мармелад	4,00	15	0,015	0,000	11,910	48,150	-
5	Хлеб йодированный	2,50	50	3,800	1,400	25,700	130,600	49
6	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
	Итого	67,10	502,0	17,575	17,783	78,789	540,532	

Согласовано:



Утверждаю: _____

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



МЕНЮ

14 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

8 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Салат из квашенной капусты/ овощи натуральные соленые(огурцы/помидоры)	6,00	60	0,660	0,120	2,280	14,400	4
2	Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
3	Запеканка картофельная с печенью	38,10	160	17,27	6,96	30,85	256,38	56
4	Печенье	2,00	15	0,075		12,000	48,600	47
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	67,10	555,0	21,442	8,605	86,474	514,761	

Согласовано:



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



МЕНЮ

8 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак							
1 Запеканка творожная с молочным соусом	37,10	220	16,895	15,104	34,429	371,420	75/80
3 Сыр порционный	9,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
4 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
5 Фрукты	13,00	100	0,800	0,200	7,500	38,000	28
6 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
Итого	67,10	555,0	24,735	20,424	73,470	611,802	

Согласовано:

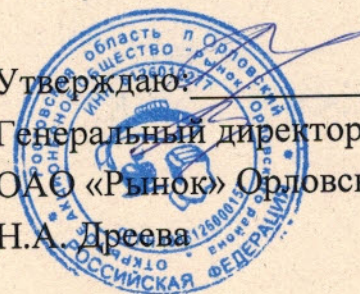


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дресва



МЕНЮ

15 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

9 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Винегрет	9,00	60	0,830	0,50	3,75	2,79	32
2	Тефтели куриные со сметанным соусом	34,10	90	8,601	9,769	9,668	161,407	15/81
3	отварные	14,00	160	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	67,10	537,0	18,563	15,970	81,640	526,120	

Согласовано:



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



МЕНЮ

9 декабря 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

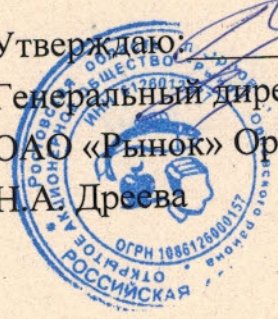
5 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак								
1	Салат из квашенной капусты	3,00	30	0,600	1,650	5,850	41,000	4
2	Гуляш (говядина/свинина)	33,10	90	13,88	14,90	3,47	203,76	23
3	Картофельное пюре	15,00	150	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	6,00	40	5,449	5,730	32,282	202,738	18
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	67,10	537,0	26,306	27,398	93,506	728,125	

Согласовано:



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



МЕНЮ

16 декабря 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

10 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы							
1 Каша молочная "Дружба"	22,60	180	5,018	8,542	35,444	239,320	72
2 Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3 Сыр порционный	12,00	20	5,200	5,220	0,000	68,800	19
4 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5 Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
Итого	67,10	520,0	16,800	17,693	82,648	561,182	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

12 декабря 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

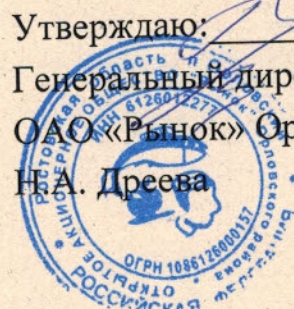
1 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	28,60	200	4,673	3,868	17,298	123,442	40
2	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3	Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	12
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	Итого:	67,10	530,0	11,335	15,149	64,132	442,594	

Согласовано:



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



МЕНЮ

19 декабря 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

6 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Овощи натуральные соленые(огурцы/помидоры)	4,00	30	0,420	0,765	1,347	13,200	38
2	Котлеты рыбные/рыба, запеченная с овощами	33,10	100	10,629	10,414	11,817	183,876	65/69
3	отварная/гарнир пшеничный/ячневый/перловы й	11,00	180	4,614	6,450	48,204	269,322	1/10/46 2
4	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	67
5	Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	-
	Итого	67,10	520,0	21,085	20,980	93,132	646,340	

Согласовано:



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



МЕНЮ

13 декабря 2022 г

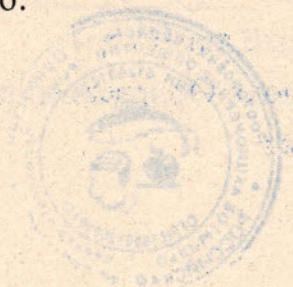
ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

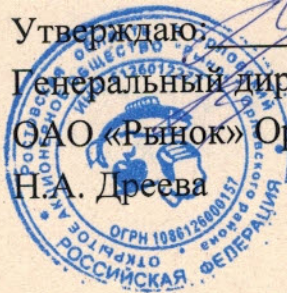
2 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак							
1 Омлет запеченный с сыром	36,10	150	9,930	13,317	17,477	229,800	70
2 Горошек зеленый консервированный	3,50	20	0,620	0,040	1,300	8,000	4
3 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4 Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	7,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5 Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	49
6 Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
Итого	67,10	520,0	16,8	17,0	77,3	531,4	

Согласовано:



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



МЕНЮ

20 декабря 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы							
1 Сырники с морковью и молоком сгущенным	44,10	160	18,370	19,091	50,482	450,975	59
2 Чай с лимоном	8,00	187	0,063	0,007	15,183	62,242	55
3 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
4 Фрукты	13,00	100	0,800	0,400	8,100	47,000	28
Итого	67,10	487,0	22,273	20,618	94,325	664,697	

Согласовано:



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



МЕНЮ

14 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

3 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак								
1	Салат из свеклы отварной	4,00	40	0,520	0,040	1,960	10,400	25
2	Котлеты московские со сметанно-томатным соусом	33,60	60	9,791	10,856	8,945	173,050	78/7
3	Картофель отварной с зеленью	15,00	150	3,395	5,481	21,109	140,370	13
4	Мармелад	4,00	15	0,015	0,000	11,910	48,150	-
5	Хлеб йодированный	2,50	50	3,800	1,400	25,700	130,600	49
6	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
	Итого	67,10	502,0	17,575	17,783	78,789	540,532	

Согласовано:



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



МЕНЮ

21 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

8 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак 1-4 классы							
1 Салат из квашенной капусты/ овощи натуральные солёные(огурцы/помидоры)	6,00	60	0,660	0,120	2,280	14,400	4
2 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
3 Запеканка картофельная с печенью	38,10	160	17,27	6,96	30,85	256,38	56
4 Печенье	2,00	15	0,075		12,000	48,600	47
5 Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
6 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
Итого	67,10	555,0	21,442	8,605	86,474	514,761	

Согласовано:

Утверждаю:

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



МЕНЮ

15 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак							
1 Запеканка творожная с молочным соусом	37,10	220	16,895	15,104	34,429	371,420	75/
3 Сыр порционный	9,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
4 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
5 Фрукты	13,00	100	0,800	0,200	7,500	38,000	28
6 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
Итого	67,10	555,0	24,735	20,424	73,470	611,802	

Согласовано:



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



МЕНЮ

22 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

9 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак 1-4 классы								
1	Винегрет	9,00	60	0,830	0,50	3,75	2,79	32
2	Тефтели куриные со сметанным соусом	34,10	90	8,601	9,769	9,668	161,407	15/8
3	отварные	14,00	160	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	67,10	537,0	18,563	15,970	81,640	526,120	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

16 декабря 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

10 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак 1-4 классы								
1	Каша молочная "Дружба"	22,60	180	5,018	8,542	35,444	239,320	72
2	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3	Сыр порционный	12,00	20	5,200	5,220	0,000	68,800	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
	Итого	67,10	520,0	16,800	17,693	82,648	561,182	

Согласовано:



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



МЕНЮ

23 декабря 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

10 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Каша молочная "Дружба"	22,60	180	5,018	8,542	35,444	239,320	72
2	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3	Сыр порционный	12,00	20	5,200	5,220	0,000	68,800	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	28
	Итого	67,10	520,0	16,800	17,693	82,648	561,182	

Согласовано:



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



МЕНЮ

26 декабря 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

1 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	28,60	200	4,673	3,868	17,298	123,442	40
2	Какао с молоком	17,50	180	3,142	2,511	16,344	101,582	6
3	Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	12
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	4
5	Фрукты	13,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	2
	Итого:	67,10	530,0	11,335	15,149	64,132	442,594	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дресева



МЕНЮ

27 декабря 2022 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

2 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак								
1	Омлет запеченный с сыром	36,10	150	9,930	13,317	17,477	229,800	7
2	Горошек зеленый консервированный	3,50	20	0,620	0,040	1,300	8,000	4
3	Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	7,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	1
5	Хлеб йодированный	1,50	30	2,280	0,840	15,420	78,360	4
6	Фрукты	13,00	100	0,400	0,300	10,300	47,000	2
	Итого	67,10	520,0	16,8	17,0	77,3	531,4	

Согласовано:



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



МЕНЮ

28 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

3 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак								
1	Салат из свеклы отварной	4,00	40	0,520	0,040	1,960	10,400	25
2	Котлеты московские со сметанно-томатным соусом	33,60	60	9,791	10,856	8,945	173,050	78/
3	Картофель отварной с зеленью	15,00	150	3,395	5,481	21,109	140,370	13
4	Мармелад	4,00	15	0,015	0,000	11,910	48,150	-
5	Хлеб йодированный	2,50	50	3,800	1,400	25,700	130,600	49
6	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
	Итого	67,10	502,0	17,575	17,783	78,789	540,532	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



МЕНЮ

29 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак							
1 Запеканка творожная с молочным соусом	37,10	220	16,895	15,104	34,429	371,420	75/80
3 Сыр порционный	9,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
4 Чай с сахаром	6,00	180	0,000	0,000	10,981	43,902	7
5 Фрукты	13,00	100	0,800	0,200	7,500	38,000	28
6 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
Итого	67,10	555,0	24,735	20,424	73,470	611,802	

Согласовано:

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



МЕНЮ

30 декабря 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

5 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак								
1	Салат из квашенной капусты	3,00	30	0,600	1,650	5,850	41,000	4
2	Гуляш (говядина/свинина)	33,10	90	13,88	14,90	3,47	203,76	23
3	Картофельное пюре	15,00	150	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4	Чай с лимоном	8,00	187	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	6,00	40	5,449	5,730	32,282	202,738	18
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	67,10	537,0	26,306	27,398	93,506	728,125	