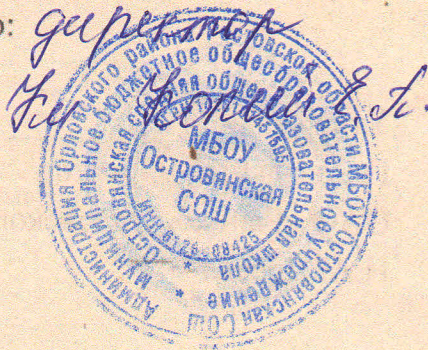


Согласовано:



Утверждаю:

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



МЕНЮ

23 января 2023 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

1 день

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|--------------------------------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 1 Каша ячневая рассыпчатая | 11,00 | 180,0 | 8,60 | 8,88 | 20,2 | 246,38 | 46 |
| 2 Салат из квашенной 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 |
| Итого: | 40,00 | 555,0 | 18,7 | 18,5 | 64,3 | 644,6 | |
| Обед — 96 руб. | | | | | | | |
| 1 Борщ с капустой и картофелем | 23,00 | 250,0 | 5,58 | 5,43 | 12,25 | 120,03 | 8 |
| 2 Сосиски, сардельки | 28,00 | 60,0 | 6,01 | 13 | 0,2 | 150 | 9 |
| 3 Макароны изделия отварные с маслом | 17,00 | 180,0 | 6,36 | 6,6 | 39,24 | 242,40 | 10 |
| 4 Салат из квашенной капусты | 6,00 | 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 |
| Итого: | 96,00 | 830,0 | 30,2 | 34,4 | 114,7 | 897,6 | |
| Итого за день: | 136,00 | 1030,0 | 30,4 | 34,4 | 121,2 | 924,4 | |

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

24 января 2023 г

ВТОРНИК

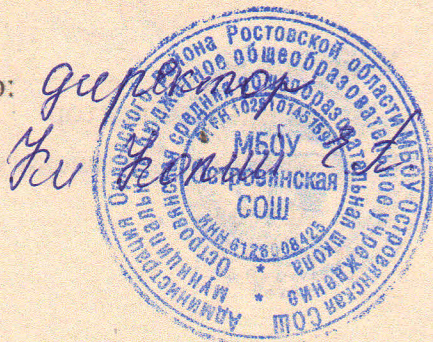
Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

2 день

| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|---|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 40,00 | 550,0 | 15,8 | 16,0 | 105,3 | 659,5 | |
| Обед — 96 руб. | | | | | | | |
| 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 (рис/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 |
| Итого: | 96,00 | 900,0 | 24,7 | 27,2 | 134,3 | 890,5 | |
| Итого день: | 136,00 | 1450,0 | 40,5 | 43,2 | 239,6 | 1550,0 | |

Согласовано:



Утверждаю:

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



МЕНЮ

25 января 2023 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

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 — 96 руб. | | | | | | | |
| 1 Суп картофельный с макаронными изделиями | 23,00 | 250,0 | 2,69 | 2,84 | 17,5 | 118,3 | 22 |
| 2 Гуляш (говядина/свинина) | 35,00 | 100 | 16,88/1 0,64 | 16,38/2 8,19 | 4/2,89 | 232/309 | 23 |
| 3 Картофельное пюре | 10,00 | 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 | 3,00 | 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 Кондитерское изделие (вафли) | 14,00 | 40,0 | 2,20 | 2,60 | 13,96 | 84,36 | - |
| Итого: | 96,00 | 860,0 | 30,48/2 4,24 | 32,15/ 43,96 | 97,61/ 95,66 | 811,75/ 888,75 | |
| Итого день: | 136,00 | 1410,0 | 53,28/4 7,04 | 53,15/ 64,96 | 153,91/ 151,96 | 1440,09/ 1441,45 | |

Согласовано:



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



МЕНЮ

26 января 2023 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

4 день

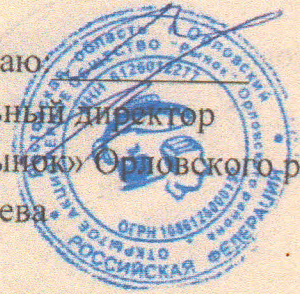
| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|---|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 1 Каша жидкая молочная (рисовая) | 20,60 | 210,0 | 10,46 | 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 — 96 руб. | | | | | | | |
| 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 | 7,50 | 50/60 | 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 |
| Итого: | 96,0 | 720,0 | 42,6 | 23,3 | 107,3 | 801,1 | |
| Итого за день: | 136,0 | 1290,0 | 58,9 | 41,2 | 198,3 | 1397,2 | |

Согласовано:



Утверждаю:

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



МЕНЮ

27 января 2023 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старшеОВЗ

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 | 4,40 | 50 | 1,65 | 1,2 | 2,35 | 34,95 | 33 |
| 3 Салат из квашенной капусты | 5,80 | 60,0 | 1,02 | 3 | 5,08 | 51,42 | 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 — 96 руб. | | | | | | | |
| 1 Суп картофельный с клецками | 23,00 | 250,0 | 5,78 | 4,10 | 14,3 | 116,9 | 30 |
| 2 Котлеты мясные | 30,70 | 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 квашенной капусты | 5,80 | 60,0 | 1,02 | 3 | 5,08 | 51,42 | 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 |
| Итого: | 96,00 | 840,0 | 38,8 | 26,3 | 137,4 | 945,8 | |
| Итого за день: | 136,00 | 1390,0 | 56,0 | 44,2 | 197,7 | 1553,9 | |