

Согласовано: *директор*  
*Жи Юрий Е.А.*



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



## МЕНЮ

27 февраля 2023 год

### ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

6 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Макароны, запеченные с яйцом	23,50	250,0	12,68	16,33	17,87	308,57	35
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>600,0</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/помидоры/капуста квашенная)	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	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>700/810</b>	<b>24,46/ 27,16</b>	<b>24/ 26,7</b>	<b>110,58/ 121,96</b>	<b>773,06/ 858,75</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>190,68/ 202,06</b>	<b>1373,86/ 1459,55</b>	

Согласовано:

*директор  
Мещеряков Е.С.*



Утверждаю:

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



## МЕНЮ

28 февраля 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

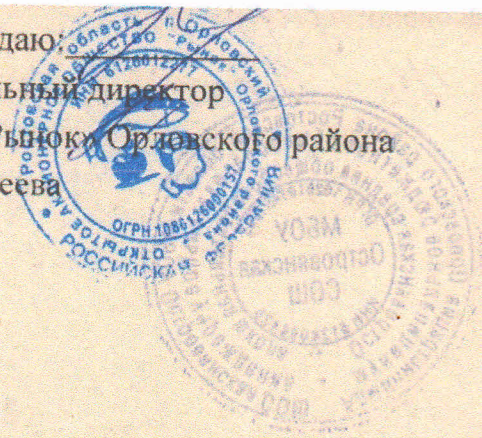
7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>							
Сырники творожно-морковные со молоком							
1 стученным	44,10	180/20	18,370	19,091	50,482	450,975	59
2 Чай с лимоном	8,00	200	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
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>520,0</b>	<b>22,273</b>	<b>20,618</b>	<b>94,325</b>	<b>664,697</b>	

Согласовано: *директор*  
*И. В. Древева*



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



**МЕНЮ**

1 марта 2023 год

**СРЕДА**

**Возрастная категория: от 7 и старше**

8 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Суп молочный с макаронными изделиями	20,5	250,0	9,88	9,68	15,33	167,78	40
2 Бутерброды с сыром	10,5	45,0	5,22	7,47	13,35	141,30	23
3 Хлеб пшеничный йодированный	3,0	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
4 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>555,0</b>	<b>19,8</b>	<b>19,0</b>	<b>87,4</b>	<b>580,4</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Борщ с капустой и картофелем	18,00	200/250	4,46/ 5,575	4,34/ 5,425	9,8/12,25	96,02/ 120,03	8
2 Тефтели	23,00	80	5	11,99	7,27	164,36	15
3 Макароны изделия отварные с маслом	13,00	150/160	5,3/ 5,65	5,5/ 5,87	32,7/34,88	202/ 215,47	10
4 Винегрет	7,50	50/60	0,72	5,40	4,02	67,14	32
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	40/50	3,04/ 3,8	1,12/ 1,4	19,6/24,5	104,48/ 130,6	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>700/800</b>	<b>22,64/ 25,84</b>	<b>25,34/2 7,46</b>	<b>98,26/ 111,34</b>	<b>766,71/ 790,72</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>110,0</b>	<b>1355</b>	<b>42,44/4 5,64</b>	<b>44,34/4 6,46</b>	<b>185,66/ 198,74</b>	<b>1347,11/ 1371,12</b>	

Согласовано

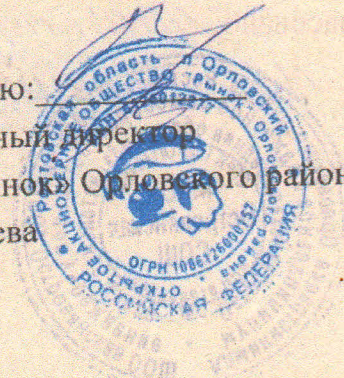


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



## МЕНЮ

2 марта 2023год

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	80/10	8,601	9,769	9,668	161,407	15/81
3 Макароны изделия отварные	14,00	150	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4 Чай с лимоном	8,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
<b>Итого</b>	<b>67,10</b>	<b>530,0</b>	<b>18,563</b>	<b>15,970</b>	<b>81,640</b>	<b>526,120</b>	

Согласовано: *директор*  
*Н.А. Древа*



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



## МЕНЮ

3 марта 2023 год

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 квашенной капусты	4,80	40/60	1,02	3	5,08	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	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>710/810</b>	<b>5,54</b>	<b>21,96</b>	<b>112,07</b>	<b>845,3</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>110,0</b>	<b>1260/ 1360</b>	<b>44,17/4 6,05</b>	<b>41,72/4 3,2</b>	<b>191,9/203, 81</b>	<b>1427,27/ 1509,58</b>	