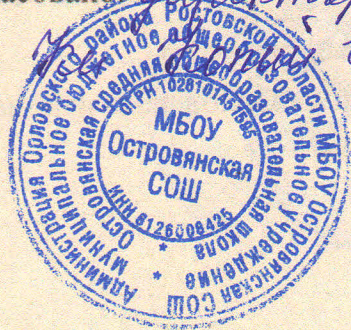
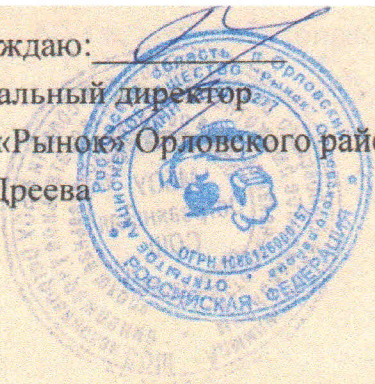


Согласовано: *директор*

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 |
|--|---------------|-----------------------|-------------------------|---------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 1 Макароны, запеченные с яйцом | 23,50 | 200,0 | 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 |
| Итого: | 40,00 | 550,0 | 17,0 | 18,3 | 80,1 | 600,8 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 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 | 180/200 | 0,14/ 0,16 | 0,14/ 0,16 | 25,09/ 27,88 | 103,14/ 114,6 | 13 |
| Итого: | 70,00 | 700/810 | 24,46/ 27,16 | 24/ 26,7 | 110,58/ 121,96 | 773,06/ 858,75 | |
| Итого за день: | 110,00 | 1250/ 1360 | 41,3/ 44 | 42,3/ 45 | 190,68/ 202,06 | 1373,86/ 1459,55 | |

Согласовано:



Утверждаю:

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



МЕНЮ

28 февраля 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

7 день

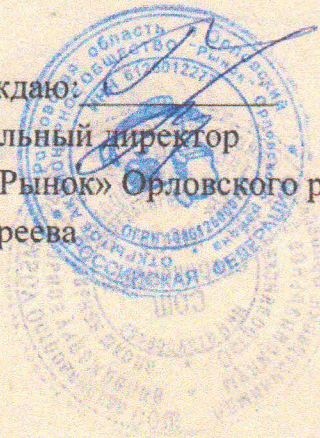


| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|--|--------------|------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-----------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 1 Каша пшеничная рассыпчатая | 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 |
| Итого | 40,0 | 550,0 | 15,88 | 15,81 | 83,91 | 571,68 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 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 | 39 |
| 3 Рис отварной | 10,00 | 150/160 | 3,6/3,8 | 5,4/5,7 | 36,4/38,8 | 208,7/222,6 | 3 |
| 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 |
| Итого: | 70,0 | 710/860 | 22,1/28,2 | 19,9/24 | 84/120,3 | 632,2/814,2 | |
| Итого день: | 110,0 | 1260/1410 | 37,98/44,1 | 35,71/39,8 | 167,91/204,3 | 1203,88/1385,9 | |

огласовано



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



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 |
|--------------------------------------|--------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 20,5 | 250,0 | 9,88 | 9,68 | 15,33 | 167,78 | 40 |
| Бутерброды с сыром | 10,5 | 45,0 | 5,22 | 7,47 | 13,35 | 141,30 | 23 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 3,0 | 60,0 | 4,56 | 1,68 | 30,84 | 156,72 | - |
| Компот из свежих плодов | 6,0 | 200,0 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 13 |
| Итого: | 40,0 | 555,0 | 19,8 | 19,0 | 87,4 | 580,4 | |
| Обед — 70 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Тфтели | 23,00 | 80 | 5 | 11,99 | 7,27 | 164,36 | 15 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 13,00 | 150/160 | 5,3/ 5,65 | 5,5/ 5,87 | 32,7/34,88 | 202/ 215,47 | 10 |
| Винегрет | 7,50 | 50/60 | 0,72 | 5,40 | 4,02 | 67,14 | 32 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 2,50 | 40/50 | 3,04/ 3,8 | 1,12/ 1,4 | 19,6/24,5 | 104,48/ 130,6 | - |
| 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 |
| Итого: | 70,00 | 700/800 | 22,64/ 25,84 | 25,34/2 7,46 | 98,26/ 111,34 | 766,71/ 790,72 | |
| Итого день: | 110,0 | 1255/ 1355 | 42,44/4 5,64 | 44,34/4 6,46 | 185,66/ 198,74 | 1347,11/ 1371,12 | |

Согласовано:

*Директор
И.И. Мей Е.В.*

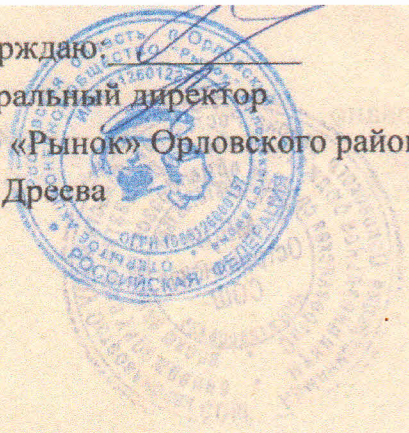


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

2 марта 2023 год

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

9 день

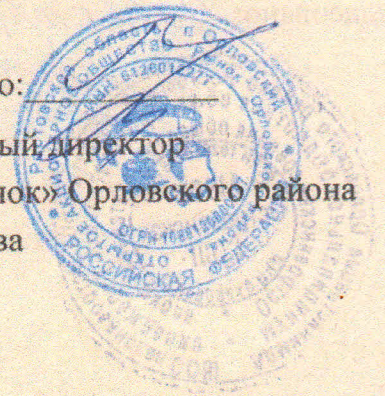
| Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|----------------------------------|--------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | 40,0 | 550,0 | 21,0 | 18,8 | 67,0 | 702,2 | |
| 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 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 |
| Итого: | 70,00 | 720/830 | 30,16/3 4,03 | 21,41/ 23,65 | 98,17/ 121,56 | 712,14/ 812,4 | |
| Итого день: | 110,0 | 1270/ 1380 | 51,16/ 55,03 | 40,21/ 42,44 | 166,17/ 188,56 | 1414,34/ 1514,6 | |

Согласовано:



Утверждаю:

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



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 |
|--|--------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 40 руб. | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | 40,0 | 550,0 | 20,51 | 23,82 | 91,74 | 664,28 | |
| 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 Печень, тушенная 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 | 180/200 | 0,14/ 0,16 | 0,14/ 0,16 | 25,09/ 27,88 | 103,14/ 114,6 | 13 |
| Итого: | 70,00 | 710/810 | 23,66/2 5,54 | 19,37/ 21,96 | 100,16/ 112,07 | 762,99/ 845,3 | |
| Итого день: | 110,0 | 1260/ 1360 | 44,17/4 6,05 | 41,72/4 3,2 | 191,9/203, 81 | 1427,27/ 1509,58 | |