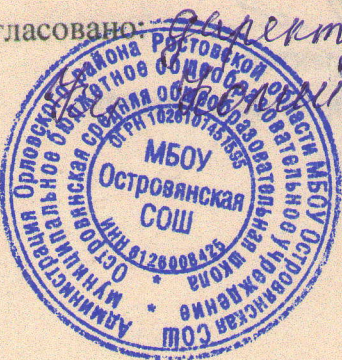


Согласовано:

*Директор*  
*И.С.*



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



## МЕНЮ

6 марта 2023 год

### ПОНЕДЕЛЬНИК

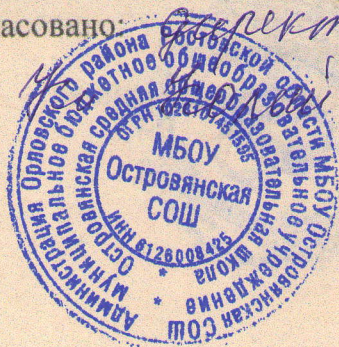
Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

1 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>555,0</b>	<b>18,7</b>	<b>18,5</b>	<b>64,3</b>	<b>644,6</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
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
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>830,0</b>	<b>30,2</b>	<b>34,4</b>	<b>114,7</b>	<b>897,6</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1030,0</b>	<b>30,4</b>	<b>34,4</b>	<b>121,2</b>	<b>924,4</b>	

Согласовано:



Утверждаю:

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



## МЕНЮ

7 марта 2023 год

## ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старшеОВЗ

2 день

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

Согласовано:



Директор  
 Е.И. [Signature]

Утверждаю:

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



## МЕНЮ

9 марта 2023 год

## ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старшеОВЗ

4 день

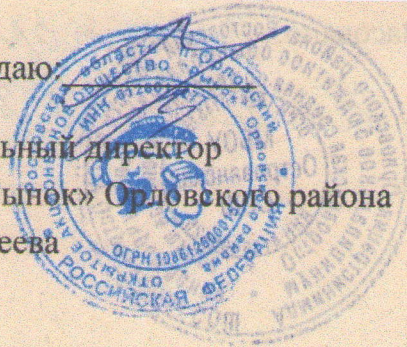
Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша жидкая молочная (рисовая)	20,60	210,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2 Бутерброд с маслом	5,00	40,0	2,36	7,49	14,89	136	26
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Компот 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
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>570,0</b>	<b>16,3</b>	<b>17,9</b>	<b>91,0</b>	<b>596,1</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
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
<b>Итого:</b>	<b>96,0</b>	<b>720,0</b>	<b>42,6</b>	<b>23,3</b>	<b>107,3</b>	<b>801,1</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1290,0</b>	<b>58,9</b>	<b>41,2</b>	<b>198,3</b>	<b>1397,2</b>	

Согласовано

Утверждаю



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

**МЕНЮ**

13 марта 2023 год

**ПОНЕДЕЛЬНИК****Возрастная категория: от 7 и старше****ОВЗ**

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	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
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>17,0</b>	<b>18,3</b>	<b>80,1</b>	<b>600,8</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	23,00	250,0	8,33	5,73	20,13	165,25	14
2 Колбаса «Бутербродная» (порциями)	24,00	60,0	7,2	12	0	138	36
3 Макароны изделия отварные с маслом	20,00	200,0	7,07	7,33	43,6	269,30	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	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
7 Кондитерское изделие (вафли)	14,00	40,0	2,20	2,60	13,96	84,36	-
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>850,0</b>	<b>29,2</b>	<b>29,3</b>	<b>130,2</b>	<b>907,1</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,00</b>	<b>1400,0</b>	<b>46,2</b>	<b>47,6</b>	<b>210,2</b>	<b>1507,9</b>	

Согласовано



Утверждаю

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дресва



## МЕНЮ

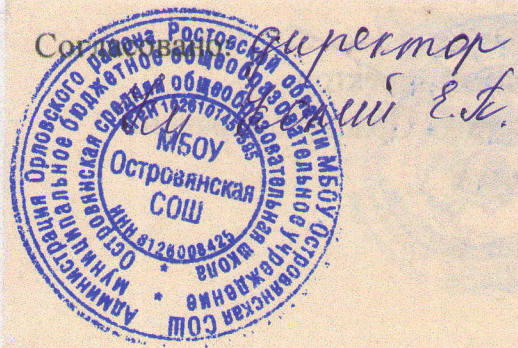
14 марта 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 и старшеОВЗ

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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
<b>Итого</b>	<b>40,0</b>	<b>550,0</b>	<b>15,88</b>	<b>15,81</b>	<b>83,91</b>	<b>571,68</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	23,00	250,0	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	25,50	100,0	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3 Рис отварной	10,00	160,0	3,80	5,7	38,8	222,6	3
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,00	60,0	1,14	5,34	4,62	71,4	16
5 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7 Фрукты (яблоко)	21,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
<b>Итого:</b>	<b>96,0</b>	<b>960,0</b>	<b>28,6</b>	<b>24,4</b>	<b>130,1</b>	<b>861,2</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1510,0</b>	<b>44,5</b>	<b>40,2</b>	<b>214,1</b>	<b>1432,9</b>	



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



**МЕНЮ**

15 марта 2023 год

**СРЕДА**

**Возрастная категория: от 7 и старше**

**ОВЗ**

**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 — 96 руб.</b>							
1 Борщ с капустой и картофелем	23,00	250,0	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Тефтели	25,50	80	5	11,99	7,27	164,36	15
3 Макароны отварные с маслом	14,50	160,0	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4 Винегрет	5,00	50/60	0,72	5,40	4,02	67,14	32
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6 Кисломолочный продукт (ряженка)	25,50	180,0	5,22	5,22	7,56	91,80	30
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>720,0</b>	<b>26,0</b>	<b>35,3</b>	<b>90,5</b>	<b>789,4</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1275,0</b>	<b>45,8</b>	<b>54,3</b>	<b>177,9</b>	<b>1369,8</b>	

Согласовано



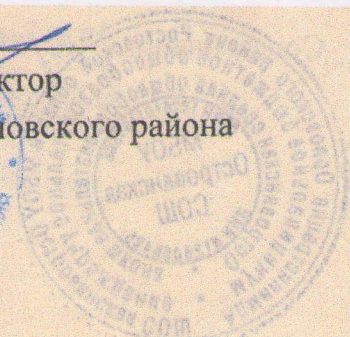
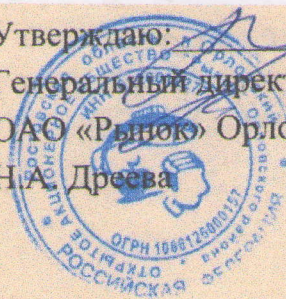
Директор  
Э.С.

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дресва



## МЕНЮ

16 марта 2023 год

## ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Возрастная категория: от 7 и старшеОВЗ

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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
<b>Итого</b>	<b>40,0</b>	<b>550,0</b>	<b>21,0</b>	<b>18,8</b>	<b>67,0</b>	<b>702,2</b>	
<b>Обед — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с клецками	23,00	250,0	5,78	4,10	14,3	116,9	30
2 Курица тушеная с морковью	34,00	100,0	14,1	6,30	4,4	131,3	43
3 Каша пшеничная рассыпчатая	16,00	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4 Салат из свеклы отварной	4,50	30,0	0,39	1,35	2,28	22,83	25
5 Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7 Фрукты (яблоко)	8,00	100,0	0,50	0,50	12,50	58,75	
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>930,0</b>	<b>34,7</b>	<b>24,0</b>	<b>135,4</b>	<b>898,6</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1480,0</b>	<b>55,7</b>	<b>42,7</b>	<b>202,4</b>	<b>1600,8</b>	

Согласовано: *Директор*



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



**МЕНЮ**

17 марта 2023 год

**ПЯТНИЦА**

**Возрастная категория: от 7 и старше**

**ОВЗ**

**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 — 96 руб.</b>							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	23,00	250,0	2,69	2,84	17,5	118,3	22
2 Печень, тушеная в соусе	33,70	100,0	12,81	6,5	9,45	225,95	44
3 Каша перловая рассыпчатая	15,00	150,0	4,40	5,9	30,5	192,9	2
4 Салат из квашенной капусты	5,80	40/60	1,02	3	5,08	51,42	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
7 Кондитерское изделие (вафли)	10,00	40,0	2,20	2,60	13,96	84,36	
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>	<b>790,0</b>	<b>27,1</b>	<b>22,4</b>	<b>128,8</b>	<b>918,1</b>	
<b>Итого день:</b>	<b>136,0</b>	<b>1340,0</b>	<b>47,6</b>	<b>46,2</b>	<b>220,6</b>	<b>1582,4</b>	