



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



## МЕНЮ

21 октября 2024 год

### ПОНЕДЕЛЬНИК

6 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

#### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб

1	Овощи свежие (огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2	Рыба, тушеная с овощами	100,00	38,50	10,63	10,41	11,82	183,88	65Л/69Л
3	Каша пшеничная рассыпчатая	150,00	15,00	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
4	Какао с молоком	200,00	13,00	4,02	3,54	17,58	118,60	45
5	Хлеб йодированный	30,00	2,50	2,28	0,84	15,42	78,36	49
	<b>Итого</b>	<b>540,00</b>	<b>75,00</b>	<b>24,35</b>	<b>23,80</b>	<b>84,92</b>	<b>651,22</b>	

#### ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб

1	Суп с бобовыми (горох)	250,00	25,50	7,80	48,02	1594,00	552,25	119
2	Рагу из мяса птицы	190,00	56,00	7,20	12,00	0,00	138,00	319
3	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
4	Компот из сухофруктов	200,00	6,00	0,14	0,14	25,09	103,14	377
	<b>Итого:</b>	<b>680,00</b>	<b>90,00</b>	<b>18,94</b>	<b>61,56</b>	<b>1643,59</b>	<b>923,99</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1 220,00</b>	<b>165,00</b>	<b>43,29</b>	<b>85,36</b>	<b>1 728,51</b>	<b>1 575,21</b>	



Согласовано:



Утверждено:

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



**МЕНЮ**

22 октября 2024 год

**ВТОРНИК**

7 день

№	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
---	--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб**

1	Котлета куриная	70,00	50,00	6,04	4,57	38,50	219,48	324
2	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	14,50	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
3	Овощи свежие (огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
4	Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>520,00</b>	<b>75,00</b>	<b>16,55</b>	<b>14,70</b>	<b>108,32</b>	<b>632,30</b>	

**ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб**

1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	25,50	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	100,00	39,50	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Рис отварной	150,00	15,00	3,80	5,70	38,80	222,60	3
4	Овощи свежие помидор/огурец /салат из белокочанной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6	Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
	<b>Итого:</b>	<b>780,00</b>	<b>90,00</b>	<b>27,35</b>	<b>18,75</b>	<b>121,90</b>	<b>768,87</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1 300,00</b>	<b>165,00</b>	<b>43,90</b>	<b>33,45</b>	<b>230,22</b>	<b>1 401,17</b>	



Согласовано:



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



**МЕНЮ**

23 октября 2024 год

**СРЕДА**

8 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб**

1	Овощи свежие (огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2	Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
3	Печень тушенная	60,00	46,00	17,27	6,96	30,85	256,38	284
4	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	15,00	9,80	8,30	43,10	286,70	12
5	Кондитерское изделие (печенье/вафли)	15,00	3,50	1,10	1,50	11,20	62,60	47
6	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>525,00</b>	<b>75,00</b>	<b>33,08</b>	<b>18,01</b>	<b>118,78</b>	<b>772,12</b>	

**ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб**

1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	29,00	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2	Тефтели	70,00	45,00	4,37	10,49	6,36	143,81	15
3	Макаронные изделия отварные с маслом	150,00	7,00	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4	Овощи свежие помидор/огурец /салат из белокочанной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	1,50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
6	Компот из сухофруктов	200,00	1,50	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	<b>Итого:</b>	<b>750,00</b>	<b>90,00</b>	<b>20,06</b>	<b>23,45</b>	<b>107,57</b>	<b>733,51</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1 275,00</b>	<b>165,00</b>	<b>53,14</b>	<b>41,46</b>	<b>226,35</b>	<b>1 505,63</b>	



Согласовано:



Утверждаю:

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

**МЕНЮ**

24 октября 2024 год

**ЧЕТВЕРГ**

9 день

№	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
---	--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб**

1	Овощи свежие (огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2	Тефтели куриные	80,00	45,00	8,60	9,77	9,67	161,41	9
3	Макаронные изделия отварные	150,00	19,50	6,04	4,57	38,50	219,48	10
4	Чай с лимоном	200,00	2,50	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб йодированный	40,00	2,00	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>530,00</b>	<b>75,00</b>	<b>19,55</b>	<b>15,59</b>	<b>81,79</b>	<b>547,33</b>	

**ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб**

1	Суп картофельный с клецками	250,00	20,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2	Курица тушеная с морковью	100,00	52,00	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3	Каша пшеничная рассыпчатая	150,00	7,50	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4	Овощи свежие помидор/огурец /салат из белокочанной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6	Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
	<b>Итого:</b>	<b>780,00</b>	<b>90,00</b>	<b>33,92</b>	<b>22,92</b>	<b>120,91</b>	<b>835,34</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1 310,00</b>	<b>165,00</b>	<b>53,48</b>	<b>38,51</b>	<b>202,70</b>	<b>1 382,67</b>	



Согласовано:



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



## МЕНЮ

25 октября 2024 год

ПЯТНИЦА

10 день

№	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
---	--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб

1	Каша молочная "Дружба"	250,00	30,00	5,02	8,54	35,44	239,32	175
2	Какао с молоком	200,00	20,00	4,02	3,54	17,58	118,60	45
3	Сыр порционный	15,00	5,00	4,00	4,00	0,00	54,00	19
4	Фрукты (яблоки)	100,00	17,50	0,40	0,40	9,80	47,00	28
5	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>605,00</b>	<b>75,00</b>	<b>16,48</b>	<b>17,61</b>	<b>83,38</b>	<b>563,40</b>	

### ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб

1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	22,00	2,69	2,84	17,46	118,25	22
2	Сосиска отварная	60,00	37,50	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3	Каша перловая рассыпчатая	150,00	16,50	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
4	Овощи свежие помидор/огурец /салат из белокочанной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Соус красный основной	20,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
6	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	13
7	Компот из сухофруктов	200,00	3,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	<b>Итого:</b>	<b>760,00</b>	<b>90,00</b>	<b>22,56</b>	<b>27,78</b>	<b>132,44</b>	<b>899,43</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1 365,00</b>	<b>165,00</b>	<b>39,04</b>	<b>45,39</b>	<b>215,82</b>	<b>1 462,83</b>	