

Согласовано.



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



МЕНЮ

9 января 2025 год

ЧЕТВЕРГ

4 день

	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 78 руб								
1	Каша молочная рисовая	200,00	55,50	16,895	15,104	34,429	371,420	182
2	Сыр порционный	15,00	5,00	4,000	4,000	0,000	54,000	19
3	Чай с сахаром	200,00	5,00	0	0	10,981	43,902	7
4	Кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	40,00	10,00	1,100	1,5	11,200	62,600	г/п
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
	Итого	495,00	78,00	25,80	22,00	81,11	662,52	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 110 руб

1	Суп картофельный с крупой (горох)	250,00	25,00	2,50	2,75	16,25	92,50	29
2	Плов из мяса птицы	200,00	71,50	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3	Овощи соленые огурец	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	47
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
5	Компот из сухофруктов /свежемороженых фруктов	200,00	5,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	Итого:	730,00	110,00	34,26	12,51	103,53	661,30	
	Итого за день	1225,00	188,00	60,06	34,51	184,64	1323,82	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

10 января 2025 год

ПЯТНИЦА

5 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 78 руб							
1 Овощи соленые помидор	60,00	2,50	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2 Гуляш	90 (45/45)	60,00	8,16	6,93	7,74	124,78	292
3 Картофельное пюре	150,00	8,00	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4 Чай с лимоном	200,00	5,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Итого	450,00	78,00	17,113	12,447	67,488	455,528	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 110 руб

1 Суп картофельный с клецками	250,00	25,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2 Котлеты мясные	80,00	55,00	14,93	3,09	10,13	128,20	34
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	16,50	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4 Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
6 Чай с лимоном	200,00	5,00	0,00	0,00	10,98	43,90	7
Итого:	760,00	110,00	31,66	18,58	106,69	733,70	
Итого за день	1210,00	188,00	48,77	31,03	174,18	1189,23	

Согласовано:



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



МЕНЮ
13 января 2025 год
ПОНЕДЕЛЬНИК
6 день

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

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 78 руб

1	Икра кабачковая консервированная	40,00	10,00	1,820	0,120	3,900	24,000	73
2	Чай с сахаром	200,00	5,00	0,054	0,006	9,165	37,962	7
3	Сосиска отварная	50,00	40,00	17,27	6,96	30,85	256,38	гп
4	Каша рассыпчатая перловая	150,00	10,50	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
5	Сдоба обыкновенная	50,00	10,00	3,598	2,54	21,814	124,363	18
6	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
	Итого	530,00	78,00	33,379	20,219	139,441	880,304	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 110 руб

1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	25,00	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	59,50	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Каша рассыпчатая рисовая	150,00	12,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4	Винегрет овощной	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
6	Чай с сахаром	200,00	5,00	0,00	0,00	10,98	43,90	7
	Итого:	730,00	110,00	27,35	21,12	110,55	748,79	
	Итого за день	1260,00	188,00	60,73	41,34	249,99	1629,10	

Согласовано:



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



МЕНЮ

14 января 2025 год

ВТОРНИК

7 день

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

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 78 руб

1	Котлета мясная	70,00	55,00	6,038	4,575	38,497	219,481	324
2	Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,50	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
3	Салат из отварной свеклы	60,00	6,00	1,820	0,120	3,900	24,000	4
4	Чай с лимоном	200,00	6,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
	Итого	520,00	78,00	18,552	15,291	125,272	719,043	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 110 руб

1	Суп с бобовыми (горох)	250,00	25,00	7,80	48,02	1594,00	552,25	119
2	Рагу овощное с мясом	200,00	76,50	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	гп
4	Компот из сухофруктов /свежемороженых фруктов	200,00	6,00	0,14	0,14	25,09	103,14	377
	Итого:	690,00	110,00	18,94	61,56	1643,59	923,99	
	Итого за день	1210,00	188,00	37,50	76,85	1768,86	1643,03	

Согласовано:

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



МЕНЮ

15 января 2025 год

СРЕДА

8 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы- 78 руб							
1 Овощи соленые помидор	60,00	6,00	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2 Рыба, тушеная с овощами	100 (50/50)	59,50	10,629	10,414	11,817	183,876	65Л/69Л
3 Каша рассыпчатая рисовая	150,00	5,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4 Чай с сахаром	200,00	5,00	4,018	3,544	17,578	118,600	45
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Итого	540,00	78,00	27,11	24,67	107,01	764,08	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы- 110 руб							
1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	30,00	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	56,50	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3 Макаронные изделия отварные с маслом	150,00	10,00	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4 Овощи соленые помидор	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	47
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
6 Компот из сухофруктов /свежемороженых фруктов	200,00	5,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого:	780,00	110,00	29,79	19,26	105,61	721,00	
Итого за день	1320,00	188,00	56,89	43,92	212,62	1485,08	

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

16 января 2025 год

ЧЕТВЕРГ

9 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с I-11 классы– 78 руб							
1 Салат из квашенной капусты	60,00	6,00	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2 Котлета мясная	80,00	55,00	8,601	9,769	9,668	161,407	9
3 Макароны изделия отварные	150,00	10,00	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4 Чай с лимоном	200,00	5,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Итого	530,00	78,00	20,313	15,870	85,730	573,450	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с I-11 классы– 110 руб

1 Суп картофельный с клецками	250,00	25,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2 Сосиска отварная	50,00	40,00	17,27	6,96	30,85	256,38	гп
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	30,50	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/1/2
4 Винегрет овощной	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
6 Чай с лимоном	200,00	6,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
Итого:	730,00	110,00	34,05	22,46	125,60	855,94	
Итого за день	1260,00	188,00	54,36	38,33	211,33	1429,39	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

МЕНЮ

17 января 2025 год

ПЯТНИЦА

10 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 78 руб							
1 Каша молочная "Дружба"	200,00	40,50	5,018	8,542	35,440	239,320	175M
2 Чай с сахаром	200,00	5,00	4,018	3,544	17,578	118,600	45
3 Сыр порционный	15,00	15,00	4,000	4,000	0,000	54,000	19
4 Фрукты (яблоки)	100,00	15,00	0,400	0,400	9,800	47,000	28
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Итого	555,00	78,00	17,236	17,886	87,318	589,520	

ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 110 руб

1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	25,00	2,69	2,84	17,46	118,25	22
2 Тефтели мясные	70,00	60,00	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3 Каша рассыпчатая перловая	150,00	9,50	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4 Салат из квашеной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	47
5 Соус красный основной	20,00	2,00	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	гп
7 Компот из сухофруктов /свежемороженых фруктов	200,00	5,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого	770,00	110,00	23,80	28,09	145,45	960,05	
Итого за день	1325,00	188,00	41,04	45,98	232,77	1549,57	