

Согласовано.



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



МЕНЮ
 27 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	



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



МЕНЮ

28 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. Дреева



МЕНЮ

29 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	Салат из квашенной капусты	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

30 января 2025 год

ЧЕТВЕРГ

9 день

	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 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	Макаронные 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 1-11 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	3/1/11/2
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 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. Древа



МЕНЮ

31 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	175М
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 квашенной 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	