

Согласовано



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



**Меню**  
**1 сентября 2025 г**

|                        | Наименование блюда                  | Выход          | Белки        | Жиры         | Углевод       | Ккал.          | №<br>тех.<br>Карт<br>ы |
|------------------------|-------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------------|
| <b>завтрак 78 руб.</b> |                                     |                |              |              |               |                |                        |
| 1                      | Омлет натуральный                   | 150,00         | 9,930        | 13,317       | 17,477        | 229,800        | 210                    |
| 2                      | Горошек зеленый<br>консервированный | 30,00          | 1,820        | 0,120        | 3,900         | 24,000         | гп                     |
| 3                      | Чай с сахаром                       | 200,00         | 0,00         | 0,00         | 10,98         | 43,90          | 7                      |
| 4                      | Сдоба обыкновенная                  | 50,00          | 3,598        | 2,539        | 21,814        | 124,363        | 18                     |
| 5                      | Хлеб пшеничный<br>йодированный      | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп                     |
|                        | <b>Итого</b>                        | <b>470,00</b>  | <b>19,15</b> | <b>17,38</b> | <b>78,67</b>  | <b>552,67</b>  |                        |
| <b>обед 120 руб.</b>   |                                     |                |              |              |               |                |                        |
| 1                      | Борщ с капустой и<br>картофелем     | 250,00         | 5,58         | 5,43         | 12,25         | 120,03         | 8                      |
| 2                      | Сосиска отварная                    | 50,00          | 17,267       | 6,964        | 30,852        | 256,379        | гп                     |
| 3                      | Макаронные изделия<br>отварные      | 150,00         | 4,40         | 5,90         | 30,50         | 192,90         | 202                    |
| 4                      | Салат из белокочанной<br>капусты    | 40,00          | 0,50         | 0,10         | 1,70          | 9,00           | 47                     |
| 5                      | Хлеб пшеничный<br>йодированный      | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп                     |
| 6                      | Соус красный основной               | 20,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | 49                     |
| 7                      | Чай с сахаром                       | 200,00         | 0,00         | 0,00         | 10,98         | 43,90          | 7                      |
|                        | <b>Итого:</b>                       | <b>750,00</b>  | <b>35,34</b> | <b>21,19</b> | <b>135,28</b> | <b>883,41</b>  |                        |
|                        | <b>Итого за день</b>                | <b>1220,00</b> | <b>54,49</b> | <b>38,56</b> | <b>213,95</b> | <b>1436,08</b> |                        |

Согласовано:



утверждаю:

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



**Меню**  
**2 сентября 2025 г**

|                        | Наименование блюда                 | Выход          | Белки        | Жиры         | Углевод       | Ккал.          | №<br>тех.<br>Карт<br>ы |
|------------------------|------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------------|
| <b>завтрак 78 руб.</b> |                                    |                |              |              |               |                |                        |
| 1                      | Каша молочная рисовая              | 200,00         | 16,895       | 15,104       | 34,429        | 371,420        | 182                    |
| 2                      | Чай с лимоном                      | 200,00         | 4,018        | 3,544        | 17,578        | 118,600        | 45                     |
| 3                      | Масло порциями                     | 10,00          | 0,080        | 7,250        | 0,130         | 66,090         | 20                     |
| 4                      | Хлеб пшеничный<br>йодированный     | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп                     |
| 5                      | Фрукты (яблоки)                    | 100,00         | 0,400        | 0,400        | 9,800         | 47,000         | 28                     |
|                        | <b>Итого</b>                       | <b>550,00</b>  | <b>25,19</b> | <b>27,70</b> | <b>86,44</b>  | <b>733,71</b>  |                        |
| <b>обед 120 руб.</b>   |                                    |                |              |              |               |                |                        |
| 1                      | Суп картофельный с<br>клецками     | 250,00         | 5,59         | 4,80         | 10,17         | 115,00         | 118                    |
| 2                      | Тефтели мясные                     | 80,00          | 5,00         | 11,99        | 7,27          | 164,36         | 9                      |
| 3                      | Каша рассыпчатая<br>гречневая      | 150,00         | 6,84         | 9,19         | 49,21         | 307,00         | 3/1/11<br>/2           |
| 4                      | Овощи свежие- помидор<br>в нарезке | 40,00          | 0,50         | 0,10         | 1,70          | 9,00           | 47                     |
| 5                      | Хлеб пшеничный<br>йодированный     | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп                     |
| 6                      | Компот из сухофруктов              | 200,00         | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         | 13                     |
|                        | <b>Итого</b>                       | <b>760,00</b>  | <b>21,89</b> | <b>27,64</b> | <b>120,73</b> | <b>840,56</b>  |                        |
|                        | <b>Итого за день</b>               | <b>1310,00</b> | <b>47,08</b> | <b>55,34</b> | <b>207,17</b> | <b>1574,27</b> |                        |

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор ОАО  
«Рынок» Орловского района

Н. А. Дреева

**Меню**

**3 сентября 2025 г**

**завтрак 78 руб.**

|   |                                  |               |              |              |              |               |    |
|---|----------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| 1 | Овощи свежие - помидор в нарезке | 60,00         | 0,75         | 0,15         | 2,55         | 13,50         | 47 |
| 2 | Котлеты московские               | 80,00         | 10,880       | 36,560       | 8,945        | 372,800       | 34 |
| 3 | Макаронные изделия отварные      | 150,00        | 3,395        | 5,481        | 21,109       | 140,370       | 13 |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный      | 40,00         | 3,80         | 1,40         | 24,50        | 130,60        | гп |
| 5 | Соус красный основной            | 10,00         | 1,90         | 0,70         | 12,25        | 65,30         | 49 |
| 6 | Чай с сахаром                    | 200,00        | 0,05         | 0,01         | 9,17         | 37,96         | 55 |
|   | <b>Итого</b>                     | <b>540,00</b> | <b>20,78</b> | <b>44,30</b> | <b>78,52</b> | <b>760,53</b> |    |

**обед 120 руб.**

|   |                                 |                |              |              |               |                |     |
|---|---------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|
| 1 | Суп картофельный с крупой (рис) | 250,00         | 8,33         | 5,73         | 20,13         | 165,25         | 14  |
| 2 | Гуляш                           | 90 (45/45)     | 8,16         | 6,93         | 7,74          | 124,78         | 292 |
| 3 | Картофельное пюре               | 150,00         | 3,30         | 6,40         | 21,01         | 155,52         | 24  |
| 4 | Овощи свежие -огурец в нарезке  | 40,00          | 0,50         | 0,10         | 1,70          | 9,00           | 47  |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный     | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп  |
| 6 | Чай с сахаром                   | 200,00         | 0,00         | 0,00         | 10,98         | 43,90          | 7   |
|   | <b>Итого:</b>                   | <b>770,00</b>  | <b>24,09</b> | <b>20,56</b> | <b>86,06</b>  | <b>629,05</b>  |     |
|   | <b>Итого за день</b>            | <b>1310,00</b> | <b>44,87</b> | <b>64,86</b> | <b>164,58</b> | <b>1389,58</b> |     |

Согласовано



Утверждаю:

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

**Меню**

**4 сентября 2025 г**

**завтрак 78 руб.**

|                      |                               |                |              |              |               |                |     |
|----------------------|-------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|
| 1                    | Суп молочный с макаронами     | 200,00         | 8,000        | 6,000        | 30,000        | 123,442        | 40  |
| 2                    | Сыр порционный                | 15,00          | 4,000        | 4,000        | 0,000         | 54,000         | 19  |
| 3                    | Чай с сахаром                 | 200,00         | 0            | 0            | 10,981        | 43,902         | 7   |
| 4                    | Кондитерское изделие печенье  | 40,00          | 1,100        | 1,5          | 11,200        | 62,600         | г/п |
| 5                    | Хлеб пшеничный йодированный   | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп  |
|                      | <b>Итого</b>                  | <b>495,00</b>  | <b>16,90</b> | <b>12,90</b> | <b>76,68</b>  | <b>414,54</b>  |     |
| <b>обед 120 руб.</b> |                               |                |              |              |               |                |     |
| 1                    | Суп с бобовыми (горох)        | 250,00         | 2,50         | 2,75         | 16,25         | 92,50          | 29  |
| 2                    | Плов из мяса птицы            | 200,00         | 27,30        | 8,10         | 33,20         | 314,60         | 31  |
| 3                    | Салат из белокочанной капусты | 40,00          | 0,50         | 0,10         | 1,70          | 9,00           | 47  |
| 4                    | Хлеб пшеничный йодированный   | 40,00          | 3,80         | 1,40         | 24,50         | 130,60         | гп  |
| 5                    | Компот из сухофруктов         | 200,00         | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         | 13  |
|                      | <b>Итого:</b>                 | <b>730,00</b>  | <b>34,26</b> | <b>12,51</b> | <b>103,53</b> | <b>661,30</b>  |     |
|                      | <b>Итого за день</b>          | <b>1225,00</b> | <b>51,16</b> | <b>25,41</b> | <b>180,21</b> | <b>1075,84</b> |     |

Согласовано:



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



**Меню**  
**5 сентября 2025 г**  
**завтрак 78 руб.**

|                      |                                                 |         |        |        |        |         |           |
|----------------------|-------------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|---------|-----------|
| 1                    | Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом | 60,00   | 0,75   | 0,15   | 2,55   | 13,50   | 47        |
| 2                    | Гуляш                                           | 90      |        |        |        |         |           |
| 3                    | Картофельное пюре                               | (45/45) | 8,16   | 6,93   | 7,74   | 124,78  | 292       |
| 4                    | Чай с лимоном                                   | 150,00  | 3,279  | 3,991  | 22,183 | 138,186 | 24        |
| 5                    | Хлеб пшеничный йодированный                     | 200,00  | 0,05   | 0,01   | 9,17   | 37,96   | 55        |
|                      | Итого                                           | 40,00   | 3,80   | 1,40   | 24,50  | 130,60  | гп        |
|                      |                                                 | 540,00  | 16,043 | 12,477 | 66,138 | 445,028 |           |
| <b>обед 120 руб.</b> |                                                 |         |        |        |        |         |           |
| 1                    | Суп картофельный с макар                        | 250,00  | 2,69   | 2,84   | 17,46  | 118,25  | 22        |
| 2                    | Котлеты мясные                                  | 80,00   | 14,93  | 3,09   | 10,13  | 128,20  | 34        |
| 3                    | Каша рассыпчатая пшеничная                      | 150,00  | 6,84   | 9,19   | 49,21  | 307,00  | 3/1/11 /2 |
| 4                    | Салат из свежих помидор и огурцов               | 40,00   | 0,50   | 0,10   | 1,70   | 9,00    | 4         |
| 5                    | Хлеб пшеничный йодированный                     | 40,00   | 3,80   | 1,40   | 24,50  | 130,60  | гп        |
| 6                    | Чай с лимоном                                   | 200,00  | 0,00   | 0,00   | 10,98  | 43,90   | 7         |
|                      | Итого:                                          | 760,00  | 28,76  | 16,62  | 113,98 | 736,95  |           |
|                      | Итого за день                                   | 1300,00 | 44,80  | 29,10  | 180,12 | 1181,98 |           |