



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
1 октября 2025 г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
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
	Итого	540,00	20,78	44,30	78,52	760,53	
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
	Итого:	770,00	24,09	20,56	86,06	629,05	
	Итого за день	1310,00	44,87	64,86	164,58	1389,58	

Согласовано



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



Меню

для обучающихся 1-11 кл
2 октября 2025 г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
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
	Итого	495,00	16,90	12,90	76,68	414,54	
обед 120 руб.							
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
	Итого:	730,00	34,26	12,51	103,53	661,30	
	Итого за день	1225,00	51,16	25,41	180,21	1075,84	

Согласовано:

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



Меню

для обучающихся 1-11 кл
3 октября 2025 г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.							
1	Салат из белокочанной капусты	60,00	0,75	0,15	2,55	13,50	47
2	Гуляш	90 (45/45)	8,16	6,93	7,74	124,78	292
3	Картофельное пюре	150,00	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4	Чай с лимоном	200,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
	Итого	540,00	16,043	12,477	66,138	445,028	
обед 120 руб.							
1	Суп картофельный с макаронам	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	