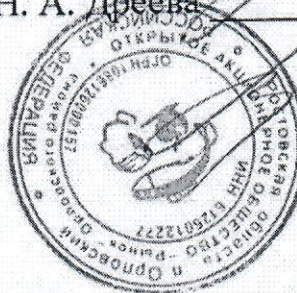




Генеральный директор
ОАО «Рынок» Орловского района
Н. А. Дреева



Меню
для обучающихся 1-11 кл
17 ноября 2025 г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.						
1 Икра кабачковая консервированная	40,00	1,820	0,120	3,900	24,00	73
2 Чай с сахаром	200,00	0,054	0,006	9,165	37,96	7
3 Сосиска отварная	50,00	17,267	6,964	30,852	256,38	гп
4 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
5 Сдоба обыкновенная	50,00	3,598	2,539	21,814	124,36	18
6 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Итого	530,00	33,38	20,22	139,44	880,30	
обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3 Картофельное пюре	150,00	3,30	6,40	21,01	155,52	24
4 Винегрет овощной	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9
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:	780,00	29,31	18,73	80,75	590,01	
Итого за день	1310,00	62,69	38,95	220,19	1470,32	



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
18 ноября 2025 г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.						
1 Котлета мясная	70,00	6,038	4,575	38,497	219,48	324
2 Каша рассыпчатая перловая	150,00	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
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	520,00	22,73	16,99	121,49	698,94	
Обед 120 руб.						
1 Суп с бобовыми (горох)	250,00	7,80	48,02	1594,00	552,25	119
2 Рагу овощное с мясом	200,00	7,20	12,00	0,00	138,00	319
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
4 Компот из сухофруктов	200,00	0,14	0,14	25,09	103,14	377
Итого:	690,00	18,94	61,56	1643,59	923,99	
Итого за день	1210,00	41,68	78,55	1765,08	1622,93	



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
19 ноября 2025 г

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.							
1	Овощи соленные (помидор)	60,00	6,00	1,820	0,120	3,900	24
2	Рыба, тушеная с овощами	100 (50/50)	10,629	10,414	11,817	183,88	65Л/ 69Л
3	Каша рассыпчатая рисовая	150,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4	Чай с сахаром	200,00	4,018	3,544	17,578	118,60	45
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
	Итого	550,00	31,287	26,368	103,225	743,98	
обед 120 руб.							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2	Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3	Макаронные изделия отварные с маслом	150,00	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4	Салат из квашенной капусты с зелёным горошком	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9
5	Хлеб пшеничный 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
	Итого:	780,00	35,29	19,66	104,01	713,70	
	Итого за день	1330,00	66,57	46,02	207,24	1457,68	



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
20 ноября 2025 г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.						
1 Салат из квашенной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9
2 Котлета мясная	80,00	8,601	9,769	9,668	161,41	9
3 Макароны отварные	150,00	6,038	4,575	38,497	219,48	10
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	510,00	24,49	16,25	81,93	551,15	
обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2 Сосиска отварная	50,00	17,267	6,964	30,852	256,38	гп
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	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
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
6 Чай с лимоном	200,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
Итого:	730,00	39,55	22,86	124,00	848,64	
Итого за день	1240,00	64,04	39,11	205,93	1399,79	

Согласовано.



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
21 ноября 2025 г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.						
1 Каша молочная "Дружба"	200,00	5,018	8,542	35,440	239,32	175
2 Чай с сахаром	200,00	4,018	3,544	17,578	118,60	45
3 Сыр порционный	15,00	4,000	4,000	0,000	54,00	19
4 Фрукты (яблоки)	100,00	0,400	0,400	9,800	47,00	28
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гг
Итого	555,00	17,24	17,89	87,32	589,52	
обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,69	2,84	17,46	118,25	22
2 Тефтели мясные	70,00	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/2
4 Свекла отварная	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	4
5 Соус красный основной	20,00	3,80	1,40	24,50	130,60	4
6 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гг
7 Компот из сухофруктов	200,00	0,16	0,16	27,88	114,60	1
Итого	770,00	29,30	28,49	143,85	952,75	
Итого за день	1325,00	46,54	46,38	231,17	1542,27	