



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
5 ноября 2025 г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
завтрак 78 руб.						
1 Овощи соленые (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 Макароны изделия отварные с маслом	150,00	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4 Салат из квашенной капусты с зеленым 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	

Согласовано

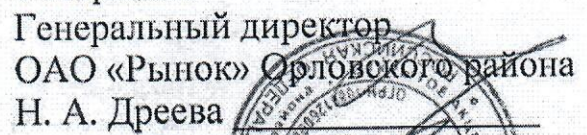


Генеральный директор
ОАО «Рынок» Орловского района
Н. А. Дреева



Меню
для обучающихся 1-11 кл
6 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	8,60	9,76	9,66	161,41	9
3 Макароны отварные	150,00	6,03	4,57	38,49	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	гг
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	17,26	6,96	30,85	256,38	гг
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	6,84	9,19	49,21	307,00	3/1/11/
4 Винегрет овощной	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	!
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гг
6 Чай с лимоном	200,00	0,05	0,01	9,17	37,96	5
Итого:	730,00	39,55	22,86	124,00	848,64	
Итого за день	1240,00	64,04	39,11	205,93	1399,79	



Меню
для обучающихся 1-11 кл
7 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	гп
	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	47
5	Соус красный основной	20,00	3,80	1,40	24,50	130,60	49
6	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
7	Компот из сухофруктов	200,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	Итого	770,00	29,30	28,49	143,85	952,75	
	Итого за день	1325,00	46,54	46,38	231,17	1542,27	