



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
29 декабря 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	гг
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	гг
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	29
4 Винегрет овощной	40,00	0,50	0,10	1,70	9,00	.
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гг
6 Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	10,98	43,90	
Итого:	780,00	23,81	18,33	82,35	597,31	
Итого за день	1310,00	57,19	38,55	221,79	1477,62	



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



Меню
для обучающихся 1-11 кл
30 декабря 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	1,82	0,12	3,90	24,00	4
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	520,00	18,55	15,29	125,27	719,04	
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	гг
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	37,50	76,85	1768,86	1643,03	