

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

16 ФЕВРАЛЯ 2026 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Горячий завтрак</b>						
1 Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
2 Салат из свежей капусты/салат из квашенной капусты	60,00	0,72	5,40	4,02	67,14	21
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
<b>Итого</b>	<b>500,00</b>	<b>21,76</b>	<b>20,62</b>	<b>53,52</b>	<b>514,12</b>	
<b>Горячий обед</b>						
1 Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
2 Рагу овощное с мясом	200,00	8,64	13,58	17,37	302,60	39
3 Хлеб пшеничный йодированный	50,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
4 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
<b>Итого:</b>	<b>700,00</b>	<b>21,43</b>	<b>20,80</b>	<b>94,01</b>	<b>731,25</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1200,00</b>	<b>43,19</b>	<b>41,42</b>	<b>147,53</b>	<b>1245,37</b>	

огласовано

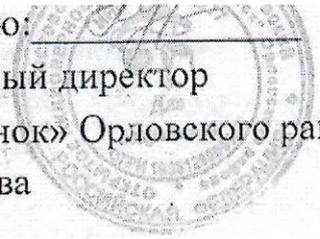


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

17 ФЕВРАЛЯ 2026 г

**ВТОРНИК**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Горячий завтрак</b>						
1 Ёжики куриные	90,00	5,60	6,12	8,46	113,40	44
2 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
3 Икра кабачковая консервированная	40,00	1,76	3,56	3,08	47,60	12
4 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
<b>Итого</b>	<b>570,00</b>	<b>26,27</b>	<b>23,55</b>	<b>115,22</b>	<b>773,23</b>	
<b>Горячий обед</b>						
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
3 Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
4 Салат из отварной свеклы	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	16
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
<b>Итого:</b>	<b>780,00</b>	<b>20,89</b>	<b>21,24</b>	<b>102,15</b>	<b>736,13</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1350,00</b>	<b>47,16</b>	<b>44,79</b>	<b>217,37</b>	<b>1509,36</b>	

Одобрено

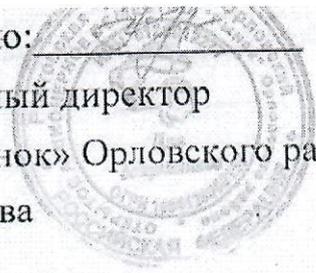


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

18 ФЕВРАЛЯ 2026 г

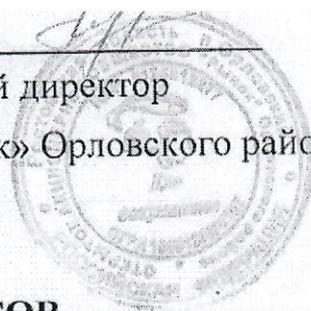
СРЕДА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Горячий завтрак</b>						
1 Каша жидкая молочная рисовая	200,00	10,20	6,50	28,40	223,70	13
2 Масло порциями	10,00	0,10	8,20	0,10	74,80	20
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
5 Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	17
<b>Итого</b>	<b>550,00</b>	<b>15,44</b>	<b>16,22</b>	<b>64,60</b>	<b>477,88</b>	
<b>Горячий обед</b>						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	4,10	14,25	116,93	19
2 Капуста тушеная	150,00	3,75	6,90	26,05	161,00	45
3 Мясо тушеное	90,00	13,68	15,64	34,57	305,50	46
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
<b>Итого:</b>	<b>730,00</b>	<b>27,95</b>	<b>27,76</b>	<b>101,17</b>	<b>715,81</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1280,00</b>	<b>43,39</b>	<b>43,98</b>	<b>165,77</b>	<b>1193,69</b>	

Согласовано



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



**МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ**  
**19 ФЕВРАЛЯ 2026 г**  
**ЧЕТВЕРГ**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
<b>Горячий завтрак</b>						
1 Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2 Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
3 Салат из свежей капусты с зеленым горошком	60,00	0,78	2,70	4,56	45,66	16
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
<b>Итого</b>	<b>530,00</b>	<b>20,40</b>	<b>20,88</b>	<b>76,56</b>	<b>614,94</b>	
<b>Горячий обед</b>						
1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2 Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
3 Макароны изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
4 Винегрет овощной	40,00	1,20	0,80	2,60	16,00	21
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
<b>Итого:</b>	<b>780,00</b>	<b>25,88</b>	<b>24,24</b>	<b>103,56</b>	<b>706,61</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1310,00</b>	<b>46,28</b>	<b>45,12</b>	<b>180,12</b>	<b>1321,55</b>	

Согласовано:

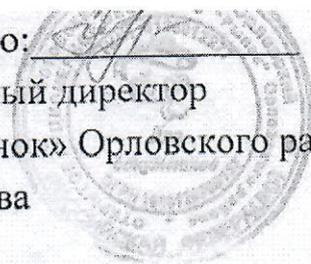


Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

20 ФЕВРАЛЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
<b>Горячий завтрак</b>						
1 Каша молочная "Дружба"	200,00	9,53	10,16	29,51	272,43	34
2 Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
5 Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
<b>Итого</b>	<b>555,00</b>	<b>16,67</b>	<b>16,08</b>	<b>65,41</b>	<b>504,46</b>	
<b>Горячий обед</b>						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежей капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	21
5 Соус красный основной	20,00	0,66	0,48	1,74	13,89	22
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
7 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
<b>Итого</b>	<b>780,00</b>	<b>23,55</b>	<b>27,29</b>	<b>125,99</b>	<b>862,94</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1335,00</b>	<b>40,22</b>	<b>43,37</b>	<b>191,40</b>	<b>1367,40</b>	