



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

1 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ВТОРНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Омлет натуральный	150,00	9,00	13,05	9,85	298,50	33
2 Горошек зеленый консервированный	40,00	1,20	0,11	2,40	14,80	12
3 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	480,00	17,94	17,45	65,62	600,03	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Омлет натуральный	150,00	9,00	13,05	9,85	298,50	33
2 Горошек зеленый консервированный	30,00	0,90	0,08	1,80	11,10	12
3 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	470,00	17,64	17,42	65,02	596,33	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,97	2,73	14,58	90,75	18
2 Котлета домашняя	80,00	10,81	11,81	18,49	199,30	40
3 Макароны изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
4 Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	40,00	0,99	2,48	4,35	43,74	37
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
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	835/810	27,65	31,33	146,93	1044,67	
Горячий обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,97	2,73	14,58	90,75	18
2 Котлета домашняя	80,00	10,81	11,81	18,49	199,30	40/7
3 Макароны изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
4 Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	40,00	0,99	2,48	4,35	43,74	37/50
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
Итого:	760,00	22,77	23,73	121,73	773,07	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

2 СЕНТЯБРЯ 2026 г

СРЕДА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из белокочанной капусты	60,00	0,72	5,4	4,02	67,14	42
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
6 Кондитерское изделие	20,00	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	570,00	20,65	27,55	84,88	811,11	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из белокочанной капусты	60,00	0,72	5,4	4,02	67,14	42
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	550,00	15,77	19,95	59,68	539,51	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	7,10	9,25	116,93	19
2 Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
4 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,28	0,04	0,76	4,80	45
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
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/ пряник) /фрукты (яблоки)	75/50/ 100	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	835/810/ 860	32,74	30,94	130,85	997,72	
Горячий обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	7,10	9,25	116,93	19
2 Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
4 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,28	0,04	0,76	4,80	45
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
Итого	760,00	27,86	23,34	105,65	726,12	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

3 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы							
1	Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	3,65	1,83	42,36	41
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого		530,00	22,56	24,11	90,24	706,24	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие							
1	Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	3,65	1,83	42,36	41
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого		530,00	19,59	21,43	75,83	619,64	
Горячий обед ОВЗ							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2	Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3	Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
6	Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)	75/50/ 100	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:		805/ 780/830	31,09	30,75	115,78	981,79	
Горячий обед 120 руб.							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2	Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3	Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:		730,00	26,21	23,15	90,58	710,19	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

4 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Гуляш	90 (45/45)	8,16	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,66	3,63	2,27	44,34	43
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
6 Кондитерское изделие	20,00	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	560,00	21,54	25,28	81,21	748,90	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Гуляш	90 (45/45)	8,16	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,66	3,63	2,27	44,34	43
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
Итого	540,00	16,66	17,68	56,01	477,30	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
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
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	835/810/ 860/785	31,43	35,39	141,68	1066,66	
Горячий обед 120 руб.						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
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
Итого:	760,00	26,55	27,79	116,48	795,06	