



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

7 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
2 Салат из белокочанной капусты	60,00	0,72	5,4	4,02	67,14	42
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 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Итого	550,00	26,26	23,79	80,79	669,57	

Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
2 Салат из белокочанной капусты	60,00	0,72	5,4	4,02	67,14	42
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
Итого	500,00	21,76	20,62	53,52	514,12	

Горячий обед ОВЗ						
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
5 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	775/750	26,31	28,40	119,21	1002,85	

Горячий обед 120 руб.						
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
Итого:	700,00	21,43	20,80	94,01	731,25	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

8 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ВТОРНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
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	60,00	2,64	5,34	4,62	71,40	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
Итого	590,00	27,15	25,33	116,76	797,03	

Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
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
Итого	570,00	26,27	23,55	115,22	773,23	

Горячий обед ОВЗ						
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 белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
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 Фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)/пирожок в ассортименте	100/25/ 75	0,40	0,40	9,80	47,00	г/п
Итого:	880/805/ 855	21,29	21,64	111,95	783,13	

Горячий обед 120 руб.						
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 белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
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:	780,00	20,89	21,24	102,15	736,13	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

9 СЕНТЯБРЯ 2026 г

СРЕДА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Каша жидкая молочная рисовая	250,00	12,75	8,13	35,50	279,63	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
Итого	600,00	17,99	17,85	71,70	533,81	

Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
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
Итого	550,00	15,44	16,22	64,60	477,88	

Горячий обед ОВЗ						
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
6 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	805/780	32,83	35,36	126,37	987,41	

Горячий обед 120 руб.						
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
Итого:	730,00	27,95	27,76	101,17	715,81	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

10 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 Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
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 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	550,00	25,07	29,43	99,03	883,24	

Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
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 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 лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого	530,00	20,19	21,83	73,83	611,64	

Горячий обед ОВЗ						
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 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	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)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	855/830/ 880/805	29,76	31,08	126,92	967,01	

Горячий обед 120 руб.						
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 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	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:	780,00	24,88	23,48	101,72	695,41	



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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

11 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Каша молочная "Дружба"	250,00	11,91	12,70	36,89	340,54	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
Итого	605,00	19,05	18,62	72,79	572,57	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
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
Итого	555,00	16,67	16,08	65,41	504,46	
Горячий обед ОВЗ						
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 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 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	855/830	27,67	33,24	147,99	1104,13	
Горячий обед 120 руб.						
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 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 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого	760,00	22,79	25,64	122,79	832,53	