



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

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

21 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           |
| <b>Итого</b>                    | <b>550,00</b> | <b>26,26</b> | <b>23,79</b> | <b>80,79</b> | <b>669,57</b> |              |

|                                                           |               |              |              |              |               |    |
|-----------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| 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 |
| <b>Итого</b>                                              | <b>500,00</b> | <b>21,76</b> | <b>20,62</b> | <b>53,52</b> | <b>514,12</b> |    |

|                                                                      |                |              |              |               |                |     |
|----------------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|
| 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 |
| <b>Итого:</b>                                                        | <b>775/750</b> | <b>26,31</b> | <b>28,40</b> | <b>119,21</b> | <b>1002,85</b> |     |

|                               |               |              |              |              |               |    |
|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| 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 |
| <b>Итого:</b>                 | <b>700,00</b> | <b>21,43</b> | <b>20,80</b> | <b>94,01</b> | <b>731,25</b> |    |



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

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

22 СЕНТЯБРЯ 2026 г

### ВТОРНИК

| Наименование блюда                                                       | Выход                   | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал.         | № тех. Карты |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</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                                       | 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           |
| <b>Итого</b>                                                             | <b>590,00</b>           | <b>27,15</b> | <b>25,33</b> | <b>116,76</b> | <b>797,03</b> |              |
| <b>Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие</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 ОВЗ</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<br>(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/<br>75           | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00         | г/п          |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>880/805/<br/>855</b> | <b>21,29</b> | <b>21,64</b> | <b>111,95</b> | <b>783,13</b> |              |
| <b>Горячий обед 120 руб.</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<br>(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           |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>780,00</b>           | <b>20,89</b> | <b>21,24</b> | <b>102,15</b> | <b>736,13</b> |              |



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

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

23 СЕНТЯБРЯ 2026 г

### СРЕДА

| Наименование блюда                | Выход         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Ккал.         | № тех. Карты |
|-----------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</b> |               |              |              |              |               |              |
| 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           |
| <b>Итого</b>                      | <b>600,00</b> | <b>17,99</b> | <b>17,85</b> | <b>71,70</b> | <b>533,81</b> |              |

|                                                                  |               |              |              |              |               |    |
|------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| <b>Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие</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 ОВЗ</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  |
| 6 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник) | 75/50          | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60        | г/п |
| <b>Итого:</b>                                                        | <b>805/780</b> | <b>32,83</b> | <b>35,36</b> | <b>126,37</b> | <b>987,41</b> |     |

|                               |               |              |              |               |               |    |
|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----|
| <b>Горячий обед 120 руб.</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> |    |



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



## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

24 СЕНТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

| Наименование блюда                    | Выход         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Ккал.         | № тех. Карты |
|---------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</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 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          |
| <b>Итого</b>                          | <b>550,00</b> | <b>25,07</b> | <b>29,43</b> | <b>99,03</b> | <b>883,24</b> |              |

|                                                                  |               |              |              |              |               |    |
|------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| <b>Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие</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 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 |
| <b>Итого</b>                                                     | <b>530,00</b> | <b>20,19</b> | <b>21,83</b> | <b>73,83</b> | <b>611,64</b> |    |

|                                                                                                                      |                             |              |              |               |               |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----|
| <b>Горячий обед ОВЗ</b>                                                                                              |                             |              |              |               |               |     |
| 1 Борщ с капустой и картофелем                                                                                       | 250,00                      | 5,58         | 5,43         | 12,25         | 120,03        | 6   |
| 2 Курица тушеная с морковью                                                                                          | 100<br>(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/<br>100/25            | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60        | г/п |
| <b>Итого:</b>                                                                                                        | <b>855/830/<br/>880/805</b> | <b>29,76</b> | <b>31,08</b> | <b>126,92</b> | <b>967,01</b> |     |

|                                     |                |              |              |               |               |    |
|-------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----|
| <b>Горячий обед 120 руб.</b>        |                |              |              |               |               |    |
| 1 Борщ с капустой и картофелем      | 250,00         | 5,58         | 5,43         | 12,25         | 120,03        | 6  |
| 2 Курица тушеная с морковью         | 100<br>(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 |
| <b>Итого:</b>                       | <b>780,00</b>  | <b>24,88</b> | <b>23,48</b> | <b>101,72</b> | <b>695,41</b> |    |



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

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

25 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 |    |



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



**МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ**  
**28 СЕНТЯБРЯ 2026 г**  
**ПОНЕДЕЛЬНИК**

| Наименование блюда                                                       |  | Выход              | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал.         | № тех. Карты |
|--------------------------------------------------------------------------|--|--------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</b>                                        |  |                    |              |              |               |               |              |
| 1 Суп молочный с макаронными изделиями                                   |  | 250,00             | 6,88         | 5,68         | 22,33         | 167,78        | 26           |
| 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 Кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)                            |  | 50,00              | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60        | г/п          |
| 5 Кофейный напиток                                                       |  | 200,00             | 3,17         | 2,68         | 20,91         | 113,40        | 42           |
| <b>Итого</b>                                                             |  | <b>555,00</b>      | <b>21,47</b> | <b>21,48</b> | <b>88,04</b>  | <b>711,01</b> |              |
| <b>Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие</b>         |  |                    |              |              |               |               |              |
| 1 Суп молочный с макаронными изделиями                                   |  | 200,00             | 5,50         | 4,54         | 17,86         | 134,22        | 26           |
| 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 Кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)                            |  | 50,00              | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60        | г/п          |
| 5 Кофейный напиток                                                       |  | 200,00             | 3,17         | 2,68         | 20,91         | 113,40        | 42           |
| <b>Итого</b>                                                             |  | <b>505,00</b>      | <b>20,09</b> | <b>20,34</b> | <b>83,57</b>  | <b>677,45</b> |              |
| <b>Горячий обед ОВЗ</b>                                                  |  |                    |              |              |               |               |              |
| 1 Суп картофельный с горохом                                             |  | 250,00             | 8,33         | 5,73         | 20,13         | 165,25        | 9            |
| 2 Гуляш                                                                  |  | 90 (45/45)         | 8,16         | 6,93         | 7,74          | 154,78        | 35           |
| 3 Каша рассыпчатая рисовая                                               |  | 150,00             | 6,25         | 10,25        | 49,25         | 380,00        | 3            |
| 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 Чай с сахаром                                                          |  | 200,00             | 0,20         | 0,00         | 6,50          | 26,80         | 5            |
| 7 Фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)/пирожок в ассортименте |  | 100/25/75          | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00         | г/п          |
| <b>Итого:</b>                                                            |  | <b>870/795/845</b> | <b>26,86</b> | <b>28,03</b> | <b>115,70</b> | <b>923,07</b> |              |
| <b>Горячий обед 120 руб.</b>                                             |  |                    |              |              |               |               |              |
| 1 Суп картофельный с горохом                                             |  | 250,00             | 8,33         | 5,73         | 20,13         | 165,25        | 9            |
| 2 Гуляш                                                                  |  | 90 (45/45)         | 8,16         | 6,93         | 7,74          | 154,78        | 35           |
| 3 Каша рассыпчатая рисовая                                               |  | 150,00             | 6,25         | 10,25        | 49,25         | 380,00        | 3            |
| 4 Салат из белокочанной капусты                                          |  | 40,00              | 0,48         | 3,60         | 2,68          | 35,20         | 42           |
| 5 Хлеб пшеничный йодированный                                            |  | 40,00              | 3,04         | 1,12         | 19,60         | 104,48        | гп           |
| 6 Чай с сахаром                                                          |  | 200,00             | 0,20         | 0,00         | 6,50          | 26,80         | 5            |
| <b>Итого:</b>                                                            |  | <b>770,00</b>      | <b>26,46</b> | <b>27,63</b> | <b>105,90</b> | <b>866,51</b> |              |



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



**МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ**  
**29 СЕНТЯБРЯ 2026 г**  
**ВТОРНИК**

| Наименование блюда                                                 | Выход          | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал.          | № тех. Карты |
|--------------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</b>                                  |                |              |              |               |                |              |
| 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            |
| <b>Итого</b>                                                       | <b>480,00</b>  | <b>17,94</b> | <b>17,45</b> | <b>65,62</b>  | <b>600,03</b>  |              |
| <b>Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие</b>   |                |              |              |               |                |              |
| 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            |
| <b>Итого</b>                                                       | <b>470,00</b>  | <b>17,64</b> | <b>17,42</b> | <b>65,02</b>  | <b>596,33</b>  |              |
| <b>Горячий обед ОВЗ</b>                                            |                |              |              |               |                |              |
| 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           |
| Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник) | 75/50          | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60         | г/п          |
| <b>Итого:</b>                                                      | <b>835/810</b> | <b>27,65</b> | <b>31,33</b> | <b>146,93</b> | <b>1044,67</b> |              |
| <b>Горячий обед 120 руб.</b>                                       |                |              |              |               |                |              |
| 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           |
| <b>Итого:</b>                                                      | <b>760,00</b>  | <b>22,77</b> | <b>23,73</b> | <b>121,73</b> | <b>773,07</b>  |              |



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

## МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

30 СЕНТЯБРЯ 2026 г

### СРЕДА

| Наименование блюда                 | Выход          | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Ккал.         | № тех. Карты |
|------------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>Горячий завтрак 1-4 классы</b>  |                |              |              |              |               |              |
| 1 Рыба, тушеная в томате с овощами | 100<br>(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          |
| <b>Итого</b>                       | <b>570,00</b>  | <b>20,65</b> | <b>27,55</b> | <b>84,88</b> | <b>811,11</b> |              |

### Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие

|                                    |                |              |              |              |               |    |
|------------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----|
| 1 Рыба, тушеная в томате с овощами | 100<br>(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  |
| <b>Итого</b>                       | <b>550,00</b>  | <b>15,77</b> | <b>19,95</b> | <b>59,68</b> | <b>539,51</b> |    |

### 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/<br>100           | 4,88         | 7,60         | 25,20         | 271,60        | г/п |
| <b>Итого</b>                                                                           | <b>835/810/<br/>860</b> | <b>32,74</b> | <b>30,94</b> | <b>130,85</b> | <b>997,72</b> |     |

### 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 |
| <b>Итого</b>                        | <b>760,00</b> | <b>27,86</b> | <b>23,34</b> | <b>105,65</b> | <b>726,12</b> |    |