

Согласовано: _____

Директор Островьянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

11 октября 2021 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Сосиски, сардельки	23,25	60,0	10,6	10,4	1	164	9
2	Макароны отварные	14,00	130,0	3,42	3,93	17,51	211,90	11
3	Салат витаминный	11,00	50,0	0,6	1,65	5,85	41	31
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
5	Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	15,00	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2/30
	Итого:	65,00	480,0	17,9	16,5	69,1	610,2	
Обед — 35 руб.								
1	Борщ с капустой и картофелем	20,00	250,0	8,00	10,20	13,10	106,00	7
2	Оладьи (с повидлом)	8,25	135/15	10,95	10,50	48,70	420,00	40
3	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого:	35,00	640,0	21,8	21,2	90,2	653,3	
	Итого за день:		1120,0	39,7	37,6	159,3	1263,6	

Согласовано:

Директор Островянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



МЕНЮ

12 октября 2021 г

ВТОРНИК

2 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Омлет с сыром	30,00	150	9,93	13,32	17,48	229,8	70
2	Консервы овощные закусочные(горошек зеленый консервированный)	8,10	30	0,62	0,04	1,3	8	44
3	обыкновенная/печенье/пряники	10,15	40	3,60	2,54	21,81	124,36	-
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5	Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	15,00	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2/30
	Итого	65,00	460	17,79	17,02	92,55	590,64	
Обед — 35 руб.								
1	Суп с бобовыми	15,00	250,0	8,60	6,70	14,00	163,00	1
2	Рагу овощное	8,00	150,0	3,45	8,65	8,05	145,50	17
3	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,40	0,72	16,24	83,20	-
4	Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	10,25	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2/30
	Итого:	35,00	640,0	15,1	16,1	69,7	515,7	
	Итого день:		1100,0	32,8	33,1	162,2	1106,3	

Согласовано: _____

Директор Островянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

13 октября 2021 г

СРЕДА

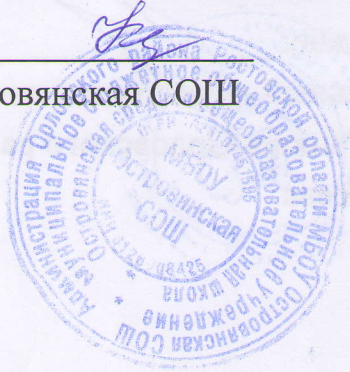
3 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Котлеты Московские со сметанно-томатным соусом	39,47	80,0	13,05	14,47	11,93	230,7	270М/сжж,331 М
2	Картофельное пюре/Картофель отварной	14,24	150,0	3,40	5,48	21,11	140,37	74/13
3	Перец сладкий/огурец свежий/помидор свежий	4,10	50,0	0,65	0,05	2,45	13,00	68
4	Хлеб йодированный	2,19	50,0	3,80	1,40	25,70	130,60	-
5	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого:	65,00	530,0	21,1	21,4	76,2	572,7	
Обед — 35 руб.								
1	Суп-лапша домашняя/суп картофельный с крупой (гречневой)	14,25	250,0	7,80	8,80	13,9	120,0	23/3
2	Сдоба обыкновенная	10,00	50,0	5,8	6,6	30,5	197,0	26
3	Сыр (порциями)	4,00	10,0	1,27	1,6	0	10,0	61
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
5	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого:	35,00	550,0	17,7	17,5	72,7	454,3	
	Итого день:		1080,0	38,8	38,9	148,9	1027,0	

Согласовано: _____

Директор Островянской СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

14 октября 2021 г

ЧЕТВЕРГ

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.							
1 Плов из птицы	47,25	150,0	11,10	11,10	25,40	231,00	8
2 Салат из сырых овощей	11,00	50,0	1,40	4,30	1,90	52,50	29
3 Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4 Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого	65,00	440,0	15,3	15,9	55,7	410,8	
Обед — 35 руб.							
1 Суп картофельный с крупой (пшеничной крупой/ячневой/перловой/пшено/рис	20,25	250,0	6,50	4,00	18,30	183,00	3
2 Рагу овощное	8,00	150,0	3,45	8,65	8,05	145,50	17
3 Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4 Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого:	35,00	640,0	12,8	13,1	54,7	455,8	
Итого день:		1080,0	28,1	29,0	110,4	866,7	

Согласовано: _____

Директор Островьянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

15 октября 2021 г

ПЯТНИЦА

5 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Гуляш (говядина/свинина)	27,00	100	15,4	16,56	3,86	226,4	71
2	Картофельное пюре/Картофель отварной	15,00	150,0	3,40	5,48	21,11	140,37	74/13
3	Салат витаминный	11,00	50,0	0,6	1,65	5,85	41	31
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5	Печенье/пряник/вафли	5,25	40	3,30	4,25	36,20	105,39	26
6	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого	65,00	580,0	25,7	29,1	87,6	617,6	
Обед — 35 руб.								
1	Суп картофельный с клецками	20,25	250,0	2,10	3,36	12,1	237,3	33
2	Оладьи (с повидлом)	8,00	150,0	10,95	10,50	68,70	420,00	40
3	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого:	35,00	640,0	15,9	14,3	109,2	784,6	
	Итого день:		1220,0	41,6	43,4	196,8	1402,3	