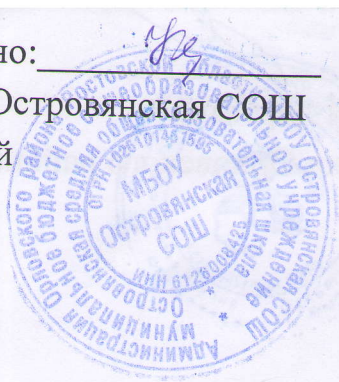


Согласовано: _____

Директор Островянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

18 октября 2021 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

6 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.							
1 Рыба, тушенная в томате с овощами	38,25	100,0	14,35	10,10	15,50	165,00	69
2 Гречка отварная/рис отварной/каша пшеничная/каша перловая/каша ячневая	15,00	180,0	4,61	6,45	48,2	269,32	13/74
3 Салат из белокочанной капусты	5,00	50,0	0,7	2,55	4,49	44	19
4 Хлеб йодированный	1,75	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5 Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого	65,00	570,0	22,9	20,22	103,75	640,8	
Обед — 35 руб.							
1 Рассольник ленинградский	18,25	250,0	5,00	3,50	20,1	235,0	54
2 Бутерброды с сыром	10,00	5,0/10,0 /30,0	6,04	10,16	9,39	158,14	45
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	535,0	13,9	14,1	57,9	520,5	
Итого день:		1105,0	36,8	34,4	161,6	1161,3	

Согласовано: _____

Директор Островьянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

19 октября 2021 г

ВТОРНИК

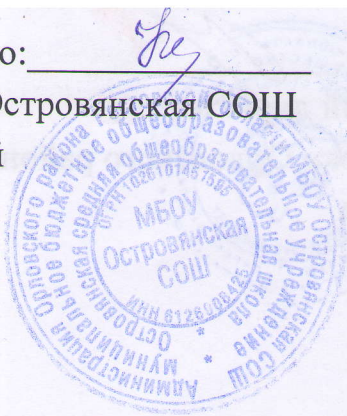
7 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Колбаса (порциями)	22,25	60,0	17,04	12,21	8,25	101,63	53
2	Макароньы отварные	18,00	200,0	6,8	12,2	25,65	126	11
3	Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	10,00	50,0	0,5	2	3,25	32,8	44
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
5	Печенье/пряник/вафли	8,00	40/50	3,30	4,25	36,20	105,39	-
6	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого	65,00	590/600	30,48	31,14	101,71	493,16	
Обед — 35 руб.								
1	Суп картофельный с крупой (пшеничной крупой/ячневой/перловой/пшено/рис	20,25	250,0	8,50	3,00	18,30	223,00	3
2	Бутерброд с маслом	8,00	40,0	1,76	10,4	10,88	184	76
3	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,2	0,0	15,0	58,0	6
	Итого:	35,00	530,0	13,1	13,9	57,5	534,3	
	Итого день:		1120/1130	43,6	45,0	159,3	1027,5	

Согласовано: _____

Директор Островянская СОШ

Е. П. Копий

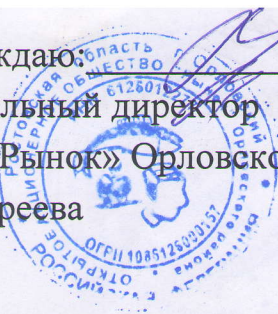


Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

20 октября 2021 г

СРЕДА

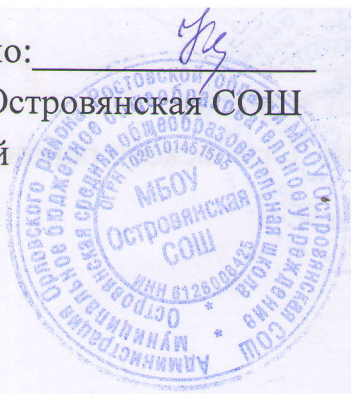
8 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Запеканка картофельная с печенью	42,00	180,0	19,43	7,84	34,71	288,43	62
2	Гарнир из овощей (огурец свежий/помидор свежий)	8,25	60,0	0,66	0,12	2,28	14,40	68
3	Печенье/пряник/вафли	8,00	40	3,30	4,25	36,20	105,39	26
4	Хлеб йодированный	1,75	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,2	0,0	15,0	58,0	6
	Итого:	65,00	520,0	26,6	13,3	108,8	570,7	
Обед — 35 руб.								
1	Борщ с капустой и картофелем	20,00	250,0	2,00	5,20	13,10	106,00	7
2	Макаронны, запеченные с яйцом	8,25	130,0	10,76	11,45	12,23	296,30	-
3	Хлеб йодированный	1,75	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4	Компот из свежих плодов/смеси сухофруктов	5,00	200,0	0,60	0,00	31,40	124,00	2/30
	Итого:	35,00	620,0	16,0	17,1	70,1	595,6	
	Итого день:		1140,0	42,6	30,5	178,8	1166,3	

Согласовано: _____

Директор Островьянская СОШ

Е. П. Копий

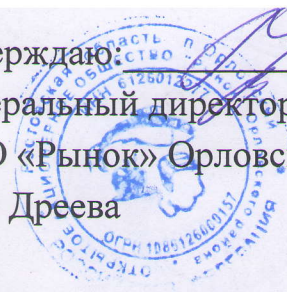


Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

21 октября 2021 г

ЧЕТВЕРГ

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.							
1 Тефтели куриные со сметанным соусом	33,25	100,0	9,56	10,85	10,74	179,34	15
2 Макароны отварные	10,00	160,0	6,04	4,58	38,5	219,48	11
3 Салат из белокочанной капусты	7,00	60,0	0,92	3,05	5,62	54,2	19
4 Печенье/пряник/вафли	8,00	40/50	13,30	4,25	12,20	85,39	
5 Хлеб йодированный	1,75	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
6 Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
Итого	65,00	600/610	33,06	23,85	102,61	700,89	
Обед — 35 руб.							
1 Суп картофельный с клецками	20,25	250,0	2,10	3,36	12,1	237,3	33
2 Пирожок с повидлом/оладьи (с повидлом)	8,00	75/135/ 15	15,38	17,00	42,00	300,00	77/40
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	565/640	20,3	20,8	82,5	664,6	
Итого день:		1165/ 1250	53,4	44,7	185,1	1365,5	

Согласовано: _____

Директор Островянская СОШ

Е. П. Копий



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



МЕНЮ

22 октября 2021 г

ПЯТНИЦА

10 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Птица тушеная	33,25	100,0	18,6	15,40	44	142,0	28
2	Картофель отварной/ картофельное пюре	15,00	150,0	3,00	7,65	23,85	181,5	13/74
3	Салат из свеклы	10,00	30,0	0,39	0,04	2,55	31,8	52
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	65,00	520,0	24,83	23,57	98,76	482,64	
Обед — 35 руб.								
1	Суп-лапша домашняя	14,25	250,0	8,80	5,80	13,90	220,00	23
2	Печенье/пряник/вафли	5,60	40/50	7,30	4,25	36,20	105,39	-
3	Масло (порциями)	3,90	10,0	0,01	8,3	0,06	77	12
4	Сыр (порциями)	4,50	15,0	1,9	2,4	0	30	61
5	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	555/565	20,9	21,2	78,5	559,7	
	Итого день:		1075/ 1085	45,7	44,8	177,3	1042,4	