

Согласовано



Утверждаю:  
Генеральный директор  
ОАО «Рыноц» Орловского района  
Н.А. Дрека



### МЕНЮ

5 ноября 2024 год

ВТОРНИК

7 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

#### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб

1	Котлета куриная	70,00	50,00	6,04	4,57	38,50	219,48	324
2	Каша пшеничная рассыпчатая	150,00	14,50	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
3	Овощи соленые (помидор)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
4	Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>		<b>520,00</b>	<b>75,00</b>	<b>16,55</b>	<b>14,70</b>	<b>108,32</b>	<b>632,30</b>	

#### ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб

1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	25,50	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	100,00	39,50	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Рис отварной	150,00	15,00	3,80	5,70	38,80	222,60	3
4	Свекла отварная	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6	Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
<b>Итого:</b>		<b>780,00</b>	<b>90,00</b>	<b>27,35</b>	<b>18,75</b>	<b>121,90</b>	<b>768,87</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 300,00</b>	<b>165,00</b>	<b>43,90</b>	<b>33,45</b>	<b>230,22</b>	<b>1 401,17</b>	

Одобрено:



Утверждаю:

Генеральный директор  
ОАО «Риток» Орловского района  
Н.А. Древа



### МЕНЮ

6 ноября 2024 год

### СРЕДА

8 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Салат из квашеной капусты	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2 Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
3 Печень тушенная	60,00	46,00	17,27	6,96	30,85	256,38	284
4 Каша перловая рассыпчатая	150,00	15,00	9,80	8,30	43,10	286,70	12
5 Кондитерское изделие (печенье/вафли)	15,00	3,50	1,10	1,50	11,20	62,60	47
6 Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>	<b>525,00</b>	<b>75,00</b>	<b>33,08</b>	<b>18,01</b>	<b>118,78</b>	<b>772,12</b>	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	29,00	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Тефтели	70,00	45,00	4,37	10,49	6,36	143,81	15
3 Макароны отварные с маслом	150,00	7,00	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4 Овощи соленые (огурец)	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	1,50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
6 Компот из сухофруктов	200,00	1,50	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>750,00</b>	<b>90,00</b>	<b>20,06</b>	<b>23,45</b>	<b>107,57</b>	<b>733,51</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 275,00</b>	<b>165,00</b>	<b>53,14</b>	<b>41,46</b>	<b>226,35</b>	<b>1 505,63</b>	

ласовано:



Утверждено:  
 Генеральный директор  
 ОАОЗРиНОО Орловского района  
 Н.А. Дрема



### МЕНЮ

7 ноября 2024 год

### ЧЕТВЕРГ

9 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Салат из квашеной капусты	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2 Тефтели куриные	80,00	45,00	8,60	9,77	9,67	161,41	9
3 Макароны изделия отварные	150,00	19,50	6,04	4,57	38,50	219,48	10
4 Чай с лимоном	200,00	2,50	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5 Хлеб йодированный	40,00	2,00	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>	<b>530,00</b>	<b>75,00</b>	<b>19,55</b>	<b>15,59</b>	<b>81,79</b>	<b>547,33</b>	

<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Суп картофельный с клецками	250,00	20,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2 Курица тушеная с морковью	100,00	52,00	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3 Каша пшеничная рассыпчатая	150,00	7,50	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4 Овощи соленые (помидор)	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6 Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
<b>Итого:</b>	<b>780,00</b>	<b>90,00</b>	<b>33,92</b>	<b>22,92</b>	<b>120,91</b>	<b>835,34</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 310,00</b>	<b>165,00</b>	<b>53,48</b>	<b>38,51</b>	<b>202,70</b>	<b>1 382,67</b>	



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



*Handwritten signature*

**МЕНЮ**

8 ноября 2024 год

**ПЯТНИЦА**

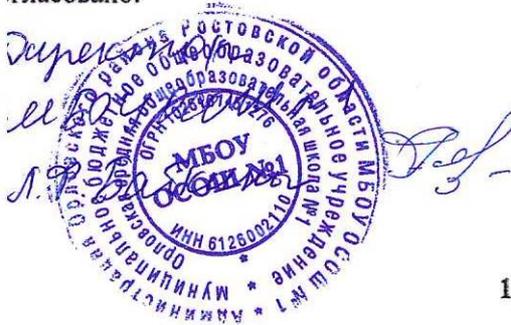
10 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Каша молочная "Дружба"	250,00	30,00	5,02	8,54	35,44	239,32	175
2 Какао с молоком	200,00	20,00	4,02	3,54	17,58	118,60	45
3 Сыр порционный	15,00	5,00	4,00	4,00	0,00	54,00	19
4 Фрукты (яблоки)	100,00	17,50	0,40	0,40	9,80	47,00	28
5 Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>	<b>605,00</b>	<b>75,00</b>	<b>16,48</b>	<b>17,61</b>	<b>83,38</b>	<b>563,40</b>	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	22,00	2,69	2,84	17,46	118,25	22
2 Сосиска отварная	50,00	37,50	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3 Каша пшеничная рассыпчатая	150,00	16,50	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
4 Салат из отварной свеклы	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Соус красный основной	20,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
6 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	3,80	1,40	24,50	130,60	13
7 Компот из сухофруктов	200,00	3,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>750,00</b>	<b>90,00</b>	<b>22,56</b>	<b>27,78</b>	<b>132,44</b>	<b>899,43</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 355,00</b>	<b>165,00</b>	<b>39,04</b>	<b>45,39</b>	<b>215,82</b>	<b>1 462,83</b>	

гласовано:

Утверждаю:

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



11 ноября 2024 год

**МЕНЮ**

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

1 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб**

1 Суп молочный с макаронными изделиями	250,00	35,00	8,00	6,00	30,00	208,00	40
2 Какао с молоком	200,00	2,00	4,02	3,54	17,58	118,60	45
3 Масло порциями	10,00	10,00	0,08	7,25	0,13	66,09	20
4 Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
5 Фрукты (яблоки)	100,00	25,50	0,40	0,40	9,80	47,00	28
<b>Итого:</b>	<b>600,00</b>	<b>75,00</b>	<b>15,54</b>	<b>18,31</b>	<b>78,07</b>	<b>544,17</b>	

**ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб**

1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	30,00	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2 Сосиски, сардельки	50,00	35,00	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3 Каша рисовая рассыпчатая	150,00	15,00	4,40	5,90	30,50	192,90	10
4 Овощи соленые (огурец)	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6 Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
<b>Итого:</b>	<b>730,00</b>	<b>90,00</b>	<b>23,33</b>	<b>26,95</b>	<b>101,89</b>	<b>750,91</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 330,00</b>	<b>165,00</b>	<b>38,86</b>	<b>45,26</b>	<b>179,96</b>	<b>1 295,08</b>	

пасовано:



*Handwritten signature*

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ОАО «Рынок» Ордовского района  
 Н.А. Древа



**МЕНЮ**

12 ноября 2024 год

**ВТОРНИК**

2 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Омлет натуральный	150,00	55,00	9,93	13,32	17,48	229,80	70 Л
2 Овощи соленые (помидор)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
3 Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
4 Сдоба обыкновенная	40,00	10,00	3,60	2,54	21,81	124,36	18
5 Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>	<b>490,00</b>	<b>75,00</b>	<b>18,39</b>	<b>17,10</b>	<b>74,73</b>	<b>526,55</b>	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	250,00	26,50	8,33	5,73	20,13	165,25	14
2 Тефтели	80,00	46,00	5,00	11,99	7,27	164,36	9
3 Каша гречневая рассыпчатая	150,00	6,00	4,00	0,90	44,80	208,80	10
4 Салат из отварной свеклы	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	4,56	1,68	30,84	156,72	49
6 Компот из сухофруктов	200,00	3,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>760,00</b>	<b>90,00</b>	<b>22,55</b>	<b>20,56</b>	<b>132,62</b>	<b>818,73</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1250,00</b>	<b>165,00</b>	<b>40,94</b>	<b>37,66</b>	<b>207,35</b>	<b>1345,28</b>	

Согласовано:

Директор  
И.Ф. Дреева

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



**МЕНЮ**

**13 ноября 2024год**

**СРЕДА**

**3 день**

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Салат из квашеной капусты	60,00	2,50	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2 Котлеты московские	80,00	47,50	10,88	36,56	8,95	372,80	34
3 Картофель отварной	150,00	20,00	3,40	5,48	21,11	140,37	13
4 Хлеб йодированный	40,00	0,50	3,80	1,40	25,70	130,60	49
5 Соус красный основной	10,00	2,50	0,26	0,48	0,84	8,80	329
6 Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
<b>Итого</b>	<b>540,00</b>	<b>75,00</b>	<b>20,21</b>	<b>44,05</b>	<b>69,66</b>	<b>714,53</b>	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	22,00	2,69	2,84	17,46	118,25	22
2 Гуляш	90,00	49,50	8,16	6,93	7,74	124,78	292
3 Картофельное пюре	150,00	8,50	3,30	6,40	21,01	155,52	24
4 Свекла отварная	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	4,56	1,68	30,84	156,72	49
6 Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
<b>Итого:</b>	<b>770,00</b>	<b>90,00</b>	<b>19,21</b>	<b>17,95</b>	<b>89,73</b>	<b>608,17</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 310,00</b>	<b>165,00</b>	<b>39,42</b>	<b>62,00</b>	<b>159,39</b>	<b>1 322,70</b>	

огласовано:



Утверждаю:  
Генеральный директор  
ОАО «Рынок» Орловского района  
Н.А. Древа



### МЕНЮ

14 ноября 2024 год

### ЧЕТВЕРГ

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК – 75 руб

4 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
--------------------	-------	-------------	-------	------	----------	-------	--------------

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы – 75 руб

1	Каша молочная рисовая	250,00	56,00	16,90	15,10	34,43	371,42	182
2	Сыр порционный	15,00	5,00	4,00	4,00	0,00	54,00	19
3	Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
4	Кондитерское изделие (печенье/вафли)	40,00	10,00	1,10	1,50	11,20	62,60	г/п
5	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>		<b>545,00</b>	<b>75,00</b>	<b>25,04</b>	<b>21,72</b>	<b>77,17</b>	<b>636,40</b>	

### ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы – 90 руб

1	Суп картофельный с крупой (перловая)	250,00	22,50	2,50	2,75	16,25	92,50	29
2	Плов из птицы	200,00	56,00	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3	Салат из квашеной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
4	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
5	Компот из сухофруктов	200,00	3,00	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>		<b>750,00</b>	<b>90,00</b>	<b>37,30</b>	<b>13,63</b>	<b>125,29</b>	<b>765,78</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 295,00</b>	<b>165,00</b>	<b>62,34</b>	<b>35,35</b>	<b>202,46</b>	<b>1 402,18</b>	

ласовано:



Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ОАО «Рынок» Орловского района  
 Н.А. Дреена



### МЕНЮ

15 ноября 2024 год

ПЯТНИЦА

5 день

Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК с 1-11 классы– 75 руб</b>							
1 Овощи соленые (огурец)	60,00	6,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2 Гуляш (мясо птицы)	90,00	42,50	8,16	6,93	7,74	124,78	292
3 Картофельное пюре	150,00	14,50	3,28	3,99	22,18	138,19	24
4 Чай с лимоном	200,00	2,00	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5 Хлеб йодированный	40,00	10,00	3,04	1,12	20,56	104,48	49
<b>Итого</b>	<b>540,00</b>	<b>75,00</b>	<b>16,35</b>	<b>12,17</b>	<b>63,55</b>	<b>429,41</b>	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД с 1-11 классы– 90 руб</b>							
1 Суп картофельный с клецками	250,00	20,00	5,59	4,80	10,17	115,00	118
2 Котлеты мясные	80,00	50,00	14,93	3,09	10,13	128,20	34
3 Каша перловая рассыпчатая	150,00	9,50	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4 Салат из отварной свеклы	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6 Чай с сахаром	200,00	2,00	0,00	0,00	10,98	43,90	7
<b>Итого:</b>	<b>760,00</b>	<b>90,00</b>	<b>34,70</b>	<b>19,70</b>	<b>128,45</b>	<b>838,18</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 080,00</b>	<b>150,00</b>	<b>32,71</b>	<b>24,33</b>	<b>127,10</b>	<b>858,82</b>	