Согласовано:
Директор
МБОУ ОСОШ
Г.Ф. Бабкина

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

МЕНЮ

18 сентября 2023 год

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

1 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Суп молочный с макаронными изделиями	25,00	200	8,00	6,00	30,00	208,00	40
2	Булочка с повидлом	9,00	85,0	5,50	16,90	30,60	224,09	6
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого:	**45,00**	**525,0**	**16,74**	**24,02**	**86,70**	**563,37**	
	Обед — 75 руб.							
1	Борщ с капустой и картофелем	22,00	200/250	4,46/ 5,57	4,64/ 5,425	15,16/ 12,25	96,2/ 120,03	8
2	Сосиски, сардельки	20,00	60,00	6,01	13,00	0,20	150,00	9
3	Макаронные изделия отварные с маслом	12,00	150/180	5,3/ 6,36	5,5/ 6,6	32,7/ 39,24	202/ 242,4	10
4	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	60/90	4,5/ 6,84	1,68/ 2,52	30,84/ 46,26	156,72/ 235,08	-
6	Чай с сахаром	9,00	180/200	0,20	0,00	5,9/ 6,5	24,1/ 26,8	7
	Итого:	**75,00**	**700/840**	**27,3/ 25,49**	**24,92/ 27,65**	**86,5/ 106,15**	**638,02/ 783,31**	
	Итого за день:	**120,00**	**1255/ 1365**	**44,04/ 42,23**	**48,94/ 51,67**	**173,2/ 192,85**	**1201,39/ 1346,68**	

Согласовано:
Директор МБОУ ОСОШ №1
Л.Ф. Бабкина

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

МЕНЮ

19 сентября 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

2 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Котлета Московская	17,00	80,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
2	Макаронные изделия отварные с маслом	10,00	150,00	6,04	4,58	38,50	219,48	10
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
4	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
5	Соус красный основной	2,00	10,0	5,80	5,50	8,60	133,40	12
6	Кондитерское изделие	5,00	20,0	1,47	2,00	14,93	83,46	
	Итого:	**45,00**	**500,00**	**22,75**	**21,97**	**133,94**	**853,34**	
	Обед — 75 руб.							
1	Суп с бобовыми (горох)	18,00	200/ 250	6,66/ 8,33	5,73	20,13	165,25	14
2	Тефтели	29,00	80,0	5,00	11,99	7,27	164,36	9
3	Каша рассыпчатая (перловая)/рис отварной	10,00	150/ 180	3,7/4,0	0,7/0,8	36,5/44,8	203,5/ 208,8	10
4	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	30,84/ 46,26	156,72/ 235,08	-
6	Компот из сухофруктов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	Итого:	**75,00**	**740/ 860**	**20,58/2 4,83**	**20,36/2 1,3**	**124,32/ 148,04**	**813,43/ 897,09**	
	Итого за день:	**120,00**	**1240/ 1360**	**43,33/ 47,58**	**47,79/5 1,63**	**258,26/ 281,98**	**1666,77/ 1750,43**	

Согласовано:
Директор МБОУ ОСОШ
П.Ф. Бебнев

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

МЕНЮ

20 сентября 2023 год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

3 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Каша жидкая молочная (овсяная)	18,00	250,0	11,88	11,30	20,90	240,75	17
2	Булочка школьная	10,00	50,0	5,33	5,58	9,30	144,83	18
3	Сыр «Российский» (порциями)	6,00	10,0	2,33	2,93	0,00	35,83	19
4	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
5	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого:	**45,00**	**550,0**	**22,1**	**20,5**	**52,9**	**531,4**	
	Обед — 75 руб.							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	15,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	22
2	Гуляш (говядина/свинина)	30,00	90/100	10,41/ 16,88	16,38/2 8,19	4/2,89	232/309	23
3	Картофельное пюре	9,00	150/160	3,1/3,3	6/6,4	19,7/21,01	145,8/ 155,52	24
4	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40/60	3,04/ 4,56	1,12/ 1,68	20,56/ 30,84	104,48/ 156,72	-
6	Чай с сахаром	9,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
	Итого:	**75,00**	**710/830**	**19,4/ 28,13**	**25,87/3 9,21**	**65,86/ 80,4**	**609,98/ 775,29**	
	Итого за день:	**120,00**	**1260/ 1380**	**41,5/ 50,27**	**46,37/ 59,72**	**118,76/ 133,3**	**1141,38/ 1306,70**	

Согласовано:
Директор
МБОУ ОСОШ
М.Ф. Дзебенко

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

МЕНЮ

21 сентября 2023 год

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

4 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Каша жидкая молочная (рисовая)	25,00	220,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2	Масло сливочное(порциями)	9,00	10,0	0,01	8,20	0,10	74,80	26
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
4	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого:	**45,00**	**470,00**	**13,07**	**17,73**	**43,62**	**388,19**	
	Обед — 75 руб.							
1	Суп картофельный с крупой (перловая)	18,00	200/ 250	2/2,5	2,2/ 2,75	13/16,25	74/92,5	29
2	Плов из птицы	39,00	200,0	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
4	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	30,84/ 46,26	156,72/ 235,08	-
5	Компот из сухофруктов	6,00	180/200	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	Итого:	**75,00**	**690/800**	**34,52/ 37,3**	**12,24/ 13,63**	**106,62/ 125,29**	**683,92/ 765,78**	
	Итого за день:	**120,00**	**1160/ 1270**	**47,59/ 50,37**	**29,97/3 1,36**	**150,24/ 168,91**	**1072,11/ 1153,97**	

Согласовано:
Директор
МБОУ ОСОШ №1
П.Ф. Бабкенко

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

МЕНЮ

22 сентября 2023 год

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

5 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Сосиска отварная	15,00	60	9,80	7,30	18,10	286,70	1
2	Соус красный основной	3,00	20	1,65	1,20	2,35	34,95	33
3	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	4
4	Макаронные изделия отварные с маслом	5,00	150,0	1,44	5,30	8,60	103,80	-
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
6	Чай с лимоном	10,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого:	**45,00**	**530,0**	**16,0**	**14,6**	**53,5**	**544,5**	
	Обед — 100 руб.							
1	Суп картофельный с клецками	18,00	250,0	5,78	4,10	14,3	116,9	30
2	Котлеты мясные	25,00	80,0	14,93	3,09	10,13	128,2	34
3	Каша пшеничная/гречневая рассыпчатая	10,00	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6	Чай с лимоном	10,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	6
	Итого:	**75,00**	**840,00**	**35,09**	**19,00**	**128,05**	**822,96**	
	Итого за день:	**120,00**	**1370,00**	**51,08**	**33,60**	**181,50**	**1367,41**	