Согласовано:
Директор
МБОУ ОСОШ №1
Н.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
ОВЗ
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**	**16,7**	**24,0**	**86,7**	**563,4**	
	Обед — 100 руб.							
1	Борщ с капустой и картофелем	37,00	250,0	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2	Сосиски, сардельки	20,00	60,0	6,01	13	0,2	150	9
3	Макаронные изделия отварные с маслом	12,00	180,0	6,36	6,6	39,24	242,40	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	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6	Какао с молоком	19,00	200,0	4,60	4,40	12,50	107,20	45
	Итого:	**100,00**	**780,0**	**29,9**	**32,0**	**112,2**	**863,7**	
	Итого за день:	**145,00**	**1305,00**	**46,63**	**56,07**	**198,85**	**1427,08**	

Директор
МБОУ ОСОШ №1
Г.Ф. Бебкина

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

МЕНЮ

19 сентября 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

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	150,0	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 — 100 руб.							
1	Суп с бобовыми (горох)	18,00	250,0	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	21,00	180,0	4,00	0,9	44,8	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
	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	60/90	4,56	1,68	30,84	156,72	-
	Компот из сухофруктов	6,00	200,0	1,50	0,30	30,70	125,20	13
	Фрукты (яблоко)	14,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
	Итого:	**100,00**	**810,00**	**24,29**	**21,10**	**145,24**	**876,33**	
	Итого день:	**145,00**	**1310,00**	**47,04**	**43,07**	**279,18**	**1729,67**	

Согласовано:
Директор
МБОУ ОСОШ №1
Т.Ф. Бобкина

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

МЕНЮ

20 сентября 2023 год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

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 — 100 руб.							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	23,00	250,0	2,69	2,84	17,5	118,3	22
2	Гуляш (говядина/свинина)	35,00	100	16,88	28,19	2,89	309	23
3	Картофельное пюре	10,00	160,0	3,30	6,4	21,01	155,52	24
4	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	4,00	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
6	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7	Кондитерское изделие	9,00	40,0	2,20	2,60	13,96	84,36	-
	Итого:	**100,00**	**870,00**	**30,33**	**41,81**	**94,36**	**859,65**	
	Итого день:	**145,00**	**1420,00**	**52,47**	**62,32**	**147,26**	**1391,06**	

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

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

МЕНЮ

21 сентября 2023 год

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

ОВЗ

4 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Каша жидкая молочная (рисовая)	29,00	220,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2	Масло сливочное(порциями)	5,00	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	13
	Итого:	**45,00**	**470,00**	**13,07**	**17,73**	**43,62**	**388,19**	
	Обед — 100 руб.							
1	Суп картофельный с крупой (перловая)	23,00	250,0	2,50	2,75	16,25	92,50	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	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	32
4	Хлеб пшеничный йодированный	5,00	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
5	Кисломолочный продукт	23,00	180,0	5,22	4,50	7,56	91,80	37
	Итого:	**100,0**	**780,0**	**42,4**	**18,0**	**105,0**	**743,0**	
	Итого за день:	**145,0**	**1250,0**	**55,4**	**35,7**	**148,6**	**1131,2**	

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

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**	