

Согласовано:

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



## МЕНЮ

1 сентября 2023год

ПЯТНИЦА

**Возрастная категория: от 7 до 11 лет**

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Каша молочная "Дружба"	42,00	200	5,02	8,54	35,44	239,32	72
2	Какао с молоком	15,00	200	4,02	3,54	17,58	118,60	6
3	Сыр порционный	6,00	15	4,00	4,00	0,00	54,00	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
5	Фрукты	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	28
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>555,0</b>	<b>16,48</b>	<b>17,61</b>	<b>83,38</b>	<b>563,40</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

4 сентября 2023 год

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

1 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	42,00	200	4,673	3,868	17,298	136,000	40
2	Какао с молоком	15,00	200	3,142	2,511	16,344	118,000	6
3	Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	12
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>	<b>550,0</b>	<b>11,335</b>	<b>15,149</b>	<b>64,132</b>	<b>471,570</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

5 сентября 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

2 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Омлет натуральный	45,00	150	9,930	13,317	17,477	229,800	70
2	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,860	0,120	3,900	24,000	4
3	Чай с сахаром	9,00	200	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	9,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5	Хлеб йодированный	2,00	40	2,280	0,840	15,420	78,360	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>490,0</b>	<b>17,7</b>	<b>16,8</b>	<b>69,6</b>	<b>500,4</b>	

Согласовано:

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

## МЕНЮ

6 сентября 2023год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

3 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,860	0,120	3,900	24,000	4
2	Котлеты московские	36,00	80	10,880	36,560	8,945	372,800	78/79
3	Картофель отварной	15,00	150	3,395	5,481	21,109	140,370	13
4	Соус красный основной	2,00	10	0,260	0,480	0,840	8,800	329
5	Хлеб йодированный	2,00	50	3,800	1,400	25,700	130,600	49
6	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	55
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>550,0</b>	<b>20,249</b>	<b>44,047</b>	<b>69,659</b>	<b>714,532</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

7 сентября 2023 год

### ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

4 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Запеканка творожная с молочным соусом	48,00	215	16,90	15,10	34,43	371,42	75/80
3	Сыр порционный	6,00	15	4,00	4,00	0,00	54,00	19
4	Чай с сахаром	9,00	200	0,00	0,00	10,98	43,90	7
5	Фрукты	10,00	100	0,80	0,20	10,00	47,00	28
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>570,00</b>	<b>24,74</b>	<b>20,42</b>	<b>75,97</b>	<b>620,80</b>	

Согласовано:

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

## МЕНЮ

8 сентября 2023год

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

5 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,860	0,120	3,900	24,000	4
2	Гуляш (говядина/свинина)	35,00	90	13,88	14,90	3,47	203,76	23
3	Картофельное пюре	12,00	150	3,279	3,991	22,183	138,186	24
4	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	55
5	Сдоба обыкновенная (булочка школьная)	6,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>580,0</b>	<b>25,715</b>	<b>22,677</b>	<b>81,088</b>	<b>632,750</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

11 сентября 2023 год

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

6 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Рыба тушеная с овощами	37,00	100	10,629	10,414	11,817	183,876	65/69
3	Рис отварной/ гречка отварная/ гарнир пшеничный/ячневый/перловый	11,00	150	5,600	8,880	36,200	246,380	1/10/46/ 2
4	Какао с молоком	15,00	200	3,142	2,511	16,344	118,000	67
5	Хлеб йодированный	2,00	30	2,280	0,840	15,420	78,360	-
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>540,0</b>	<b>23,471</b>	<b>22,765</b>	<b>83,681</b>	<b>650,616</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

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

## МЕНЮ

12 сентября 2023год

### ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

7 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>							
1 Макароны отварные с маслом	26,00	150	6,04	4,57	38,50	219,48	59
2 Чай с лимоном	10,00	200	0,05	0,01	9,17	37,96	55
3 Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
4 Фрукты	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	28
5 Сосиски/Сардельки	15,00	60	6,60	14,30	0,20	156,60	9
6 Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,82	0,12	3,90	24,00	4
7 Соус красный основной	2,00	25	0,65	1,20	2,10	22,00	329
<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>635,0</b>	<b>18,6</b>	<b>21,7</b>	<b>84,2</b>	<b>611,5</b>	



Согласовано:

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



## МЕНЮ

13 сентября 2023год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

8 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2	Чай с лимоном	10,00	200	0,05	0,01	9,17	37,96	7
3	Печень тушенная	35,00	60	17,27	6,96	30,85	256,38	56
4	Каша гречневая рассыпчатая	8,00	150	9,80	8,30	43,10	286,70	47
5	Кондитерское изделие(печенье/вафли)	10,00	15	1,10	1,50	11,20	62,60	28
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>525,0</b>	<b>33,08</b>	<b>18,01</b>	<b>118,78</b>	<b>772,12</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

14 сентября 2023год

### ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

9 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	1,82	0,12	3,90	24,00	4
2	Тефтели куриные	23,00	90	8,60	9,77	9,67	161,41	15/81
3	Макаронные изделия отварные	26,00	150	6,04	4,57	38,50	219,48	10
4	Чай с лимоном	10,00	200	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
6	Соус красный основной	4,00	25	0,65	1,20	2,10	22,00	329
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>565,0</b>	<b>20,2</b>	<b>16,8</b>	<b>83,9</b>	<b>569,3</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа



**МЕНЮ**

**15 сентября 2023год**

**ПЯТНИЦА**

**Возрастная категория: от 7 до 11 лет**

**10 день**

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак 1-4 классы</b>								
1	Каша молочная "Дружба"	42,00	200	5,02	8,54	35,44	239,32	72
2	Какао с молоком	15,00	200	4,02	3,54	17,58	118,60	6
3	Сыр порционный	6,00	15	4,00	4,00	0,00	54,00	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,04	1,12	20,56	104,48	49
5	Фрукты	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	28
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>555,0</b>	<b>16,48</b>	<b>17,61</b>	<b>83,38</b>	<b>563,40</b>	