

Согласовано:

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

## МЕНЮ

1 декабря 2023 год

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 соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Гуляш (говядина/свинина)	35,00	90 (45/45)	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	377М/ ссж
5	Сдоба обыкновенная	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>490,0</b>	<b>25,675</b>	<b>22,677</b>	<b>81,088</b>	<b>632,750</b>	

Согласовано:

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

## МЕНЮ

4 декабря 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 соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Рыба тушеная с овощами	37,00	100 (50/50)	10,629	10,414	11,817	183,876	65Л/69Л
3	Рис отварной/ гречка отварная/гарнир пшеничный/ячневый/перловый	11,00	150	5,600	8,880	36,200	246,380	3/1/11/2
4	Какао с молоком	15,00	200	4,018	3,544	17,578	118,600	45
5	Хлеб йодированный	2,00	30	2,280	0,840	15,420	78,360	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>440,0</b>	<b>24,347</b>	<b>23,798</b>	<b>84,915</b>	<b>651,216</b>	

огласовано:

Утверждаю:

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



## МЕНЮ

5 декабря 2023 год

### 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 изделия отварные с маслом	26,00	150	6,038	4,575	38,497	219,481	59Л
2 Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ссж
3 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
4 Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
5 Сосиски/Сардельки	15,00	60	6,600	14,300	0,200	156,600	9М
6 Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
7 Соус красный основной	2,00	25	0,650	1,200	2,100	22,000	329
<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>635,0</b>	<b>18,602</b>	<b>21,721</b>	<b>84,222</b>	<b>611,523</b>	



Согласовано:

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

**МЕНЮ**

**6 декабря 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	Винегрет	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ ссж
3	Печень тушенная	35,00	60 (30/30)	17,267	6,964	30,852	256,379	284
4	Каша гречневая рассыпчатая	8,00	150	9,800	8,300	43,100	286,700	12
5	Кондитерское изделие(печенье/вафли)	10,00	15	1,100	1,500	11,200	62,600	47
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>465,0</b>	<b>33,081</b>	<b>18,010</b>	<b>118,777</b>	<b>772,121</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

## МЕНЮ

7 декабря 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 соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Тефтели куриные	23,00	90	8,601	9,769	9,668	161,407	9
3	Макаронные изделия отварные	26,00	150	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ ссж
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
6	Соус красный основной	4,00	25	0,650	1,200	2,100	22,000	329
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>565,0</b>	<b>20,203</b>	<b>16,790</b>	<b>83,890</b>	<b>569,330</b>	

Согласовано:

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

## МЕНЮ

8 декабря 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	5,018	8,542	35,440	239,320	175М
2	Какао с молоком	15,00	200	4,018	3,544	17,578	118,600	45
3	Сыр порционный	6,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>555,0</b>	<b>16,476</b>	<b>17,606</b>	<b>83,378</b>	<b>563,400</b>	



Согласовано:

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



**МЕНЮ**

**12 декабря 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	70Л
2	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашеной капусты	10,00	60	1,820	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	9,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>490,0</b>	<b>18,388</b>	<b>17,096</b>	<b>74,732</b>	<b>526,545</b>	

Согласовано:

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

## МЕНЮ

11 декабря 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	8,000	6,000	30,000	208,000	40
2	Какао с молоком	15,00	200	4,018	3,544	17,578	118,600	45
3	Масло порциями	6,00	10	0,080	7,250	0,130	66,090	20
4	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
5	Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>	<b>550,0</b>	<b>15,538</b>	<b>18,314</b>	<b>78,068</b>	<b>544,170</b>	



Согласовано:

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

**МЕНЮ**

**12 декабря 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	70Л
2	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	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	9,00	40	3,598	2,539	21,814	124,363	18
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>490,0</b>	<b>18,388</b>	<b>17,096</b>	<b>74,732</b>	<b>526,545</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

14 декабря 2023год

### 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 (180/35)	16,895	15,104	34,429	371,420	75Л/326М
	2 Сыр порционный	6,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
	3 Чай с сахаром	9,00	200	0,000	0,000	10,981	43,902	7
	4 Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
	5 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>355,00</b>	<b>24,335</b>	<b>20,624</b>	<b>75,770</b>	<b>620,802</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

## МЕНЮ

13 декабря 2023 год

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	Салат из отварной свеклы	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Котлеты московские	36,00	80	10,880	36,560	8,945	372,800	34
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	377М/ ссж
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>550,0</b>	<b>20,209</b>	<b>44,047</b>	<b>69,659</b>	<b>714,532</b>	



Согласовано:

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



## МЕНЮ

14 декабря 2023год

## 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 (180/35)	16,895	15,104	34,429	371,420	75Л/326М
2	Сыр порционный	6,00	15	4,000	4,000	0,000	54,000	19
3	Чай с сахаром	9,00	200	0,000	0,000	10,981	43,902	7
4	Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
5	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	<b>Итого</b>	<b>75,00</b>	<b>355,00</b>	<b>24,335</b>	<b>20,624</b>	<b>75,770</b>	<b>620,802</b>	

Согласовано:

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



## МЕНЮ

15 декабря 2023 год

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 соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2 Гуляш (говядина/свинина)	35,00	90 (45/45)	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	377М/ ссж
5 Сдоба обыкновенная	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>490,0</b>	<b>25,675</b>	<b>22,677</b>	<b>81,088</b>	<b>632,750</b>	