

Согласовано:

Директор
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №10»
Л.В. Грамматкина



Утверждаю:

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



МЕНЮ

2 октября 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 Макароны 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	