

Согласовано:

Директор
МБОУ Красноармейской ССМ
М.В. Трушина

Утверждаю:

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

МЕНЮ

6 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/ 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	