

Согласовано:

Директор
МБОУ «Красноармейский лицей №1»
Н.В. Древова

Утверждаю:

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

МЕНЮ

8 ноября 2023 год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

8 день

| | Наименование блюда | Цена (руб.) | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. | № тех. Карты |
|-------------------------|---|--------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------|
| Завтрак- 45 руб. | | | | | | | | |
| 1 | Суп молочный с макаронными изделиями | 22,0 | 250,0 | 9,88 | 9,68 | 15,33 | 167,78 | 40 |
| 2 | Бутерброды с сыром | 10,0 | 45,0 | 5,22 | 7,47 | 13,35 | 141,30 | 23 |
| 3 | Хлеб пшеничный йодированный | 3,0 | 60,0 | 4,56 | 1,68 | 30,84 | 156,72 | - |
| 4 | Чай с лимоном | 10,0 | 200,0 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80 | 7 |
| | Итого: | 45,0 | 555,00 | 19,86 | 18,83 | 66,02 | 492,60 | |
| Обед — 75 руб. | | | | | | | | |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 22,00 | 200/250 | 4,46/ 5,58 | 4,34/ 5,43 | 9,8/12,25 | 96,02/ 120,03 | 8 |
| 2 | Тефтели | 24,00 | 80 | 5,00 | 11,99 | 7,27 | 164,36 | 15 |
| 3 | Макаронные изделия отварные с маслом | 10,00 | 150/160 | 5,3/ 5,65 | 5,5/ 5,87 | 32,7/34,88 | 202/ 215,47 | 10 |
| 4 | Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты | 10,00 | 50/60 | 0,50 | 0,10 | 1,70 | 9,00 | 4 |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный | 3,00 | 40/50 | 3,04/ 3,8 | 1,12/ 1,4 | 19,6/24,5 | 104,48/ 130,6 | - |
| 6 | Компот из сухофруктов | 6,00 | 200,0 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 13 |
| | Итого: | 75,00 | 720/ 800 | 18,46/ 20,69 | 23,21/ 24,95 | 98,95/ 108,48 | 690,46/ 754,06 | |
| | Итого день: | 120,0 | 1275/ 1355 | 38,32/ 40,55 | 42,04/ 43,78 | 164,97/ 174,5 | 1183,06/ 1246,66 | |