

Согласовано:

Директор ИВБОУ
Красноармейской СОМ
А. В. Грешин

Утверждаю:

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



МЕНЮ

9 марта 2023 год

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

4 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 40 руб.								
1	Каша жидкая молочная (рисовая)	20,60	210,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2	Бутерброд с маслом	5,00	40,0	2,36	7,49	14,89	136	26
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4	Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
5	Фрукты (яблоко)	6,40	80,0	0,32	0,32	7,84	37,60	28
	Итого:	40,00	570,0	16,3	17,9	91,0	596,1	
Обед — 70 руб.								
1	Суп картофельный с крупой (перловая)	18,00	200/ 250	2,2/ 2/2,5	2,2/ 2,75	13/16,25	74/92,5	29
2	Плов из птицы	35,50	200,0	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3	Винегрет	7,50	50/60	0,72	5,40	4,02	67,14	32
4	Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	30,84/ 46,26	156,72/ 235,08	-
5	Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
	Итого:	70,00	690/ 800	34,44/ 37,33	15,28/1 7,33	103,7/ 125,47	679,65/ 794,21	
	Итого за день:	110,00	1260/ 1370	50,74/ 53,63	33,18/3 5,23	194,7/ 216,47	1275,75/ 1390,31	