

Согласовано:

Директор  
МБОУ «Красноармейской СОШ»  
А.В. Тришнев



Утверждаю:

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



**МЕНЮ**

**10 января 2024 год**

**СРЕДА**

**Возрастная категория: от 7 и старше**

**3 день**

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 55 руб.</b>								
1	Каша жидкая молочная (овсяная)	28,00	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
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>550,0</b>	<b>22,1</b>	<b>20,5</b>	<b>52,9</b>	<b>531,4</b>	
<b>Обед — 90 руб.</b>								
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	20,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	22
2	Гуляш (говядина/свинина)	40,00	90 (45/45) 100 (50/50)	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	Салат из отварной свеклы	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
	<b>Итого:</b>	<b>90,00</b>	<b>710/830</b>	<b>19,4/ 28,13</b>	<b>25,87/3 9,21</b>	<b>65,86/ 80,4</b>	<b>609,98/ 775,29</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>145,00</b>	<b>1260/ 1380</b>	<b>41,5/ 50,27</b>	<b>46,37/ 59,72</b>	<b>118,76/ 133,3</b>	<b>1141,38/ 1306,70</b>	