

Утверждено:

*Директор
МБОУ «Рынок» Орловского района
Н.А. Дреева*

Утверждаю:

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

МЕНЮ

14 сентября 2023 год

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 45 руб.							
1 Каша жидкая молочная (овсяная)	18,5	200,0	9,50	9,38	16,72	240,75	17
2 Пирожок с повидлом	15,0	100,0	7,50	7,99	19,24	304,00	41
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,5	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
4 Чай с сахаром	9,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого	45,0	550,0	21,00	18,77	66,96	702,15	
Обед — 75 руб.							
1 Суп картофельный с клецками	18,00	200/250	4,62/ 5,78	3,28/ 4,1	11,4/14,25	93,5/ 116,88	30
2 Курица тушеная с морковью	26,00	100,0	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3 Каша пшеничная рассыпчатая	8,00	150/160	6,41/ 6,84	8,61/ 9,19	46,13/ 49,21	287,8/ 307	11
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	3,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	29,4/46,26	156,72/ 235,08	-
6 Чай с лимоном	10,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
Итого:	75,00	740/ 860	30,39/ 34,26	19,97/ 22,21	98,93/ 122,32	702,42/ 826,06	
Итого день:	120,0	1290/ 1410	51,39/ 55,26	38,77/ 40,98	165,89/ 189,28	1404,57/ 1528,21	