

Согласовано:



Утверждаю

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



## МЕНЮ

15 января 2024 год

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

6 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 55 руб.</b>							
1 Тефтеля мясная	26,50	70/80	10,88	36,56	8,95	372,80	34
2 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	40/50	2,40	0,70	16,20	83,20	49
3 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
4 Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5 Рагу из овощей	10,00	150/160	5,80	5,5/5,87	8,60	133,40	12
<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>520/550</b>	<b>19,78</b>	<b>37,36</b>	<b>41,95</b>	<b>625,20</b>	
<b>Обед — 90 руб.</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	25,00	200/250	6,66/8,33	4,5/5,73	16,1/20,13	132,2/165,25	14
2 Колбаса вареная (порциями)	30,00	60,0	7,20	12,00	0,00	138,00	36
3 Макароны изделия отварные с маслом	16,00	150/200	5,3/7,07	5,5/7,33	32,7/43,6	202/269,3	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	60/50	4,56/3,8	1,68/1,4	30,84/24,5	156,72/130,6	-
6 Компот из сухофруктов	6,00	180,0	0,14	0,14	25,09	103,14	377
<b>Итого:</b>	<b>90,00</b>	<b>700/820</b>	<b>24,36/27,04</b>	<b>23,92/26,7</b>	<b>106,43/115,02</b>	<b>741,06/815,29</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>145,00</b>	<b>1220/1370</b>	<b>41,14/46,82</b>	<b>61,28/64,06</b>	<b>148,38/156,97</b>	<b>1366,26/1440,49</b>	