Согласовано:
Директор
МБОУ Красноармейской сош
М.В. Трошина

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

МЕНЮ

15 ноября 2023 год

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

3 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Каша жидкая молочная (овсяная)	18,00	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
	Итого:	**45,00**	**550,0**	**22,1**	**20,5**	**52,9**	**531,4**	
	Обед — 75 руб.							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	15,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	22
2	Гуляш (говядина/свинина)	30,00	90 (45/45) 100 (50/50)	10,41/ 16,88	16,38/2 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	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	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
	Итого:	**75,00**	**710/830**	**19,4/ 28,13**	**25,87/3 9,21**	**65,86/ 80,4**	**609,98/ 775,29**	
	Итого за день:	**120,00**	**1260/ 1380**	**41,5/ 50,27**	**46,37/ 59,72**	**118,76/ 133,3**	**1141,38/ 1306,70**	