

Согласовано:

*Директор
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №10
соч*



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

МЕНЮ

15 декабря 2022 г

ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: от 7 и старше

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ те Карт
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша жидкая молочная (овсяная)	16,5	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	6,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого	40,0	550,0	21,0	18,8	67,0	702,2	
Обед — 70 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	30,50	100,0	14,1	6,30	4,4	131,3	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 Салат из свеклы отварной	4,50	30,0	0,39	1,35	2,28	22,83	25
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 сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
Итого:	70,00	720/830	30,16/3 4,03	21,41/ 23,65	98,17/ 121,56	712,14/ 812,4	
Итого день:	110,0	1270/ 1380	51,16/ 55,03	40,21/ 42,44	166,17/ 188,56	1414,34/ 1514,6	