

Согласовано:

Директор МБОУ
Красноармейской ССМ
Л.В. Гришина



Утверждаю:

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



МЕНЮ

17 марта 2023 год

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

10 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Яйцо вареное	8,5	1 шт.	7,8	5,40	0,3	56,6	21
2 Масло «Крестьянское» сладко-сливочное (порциями)	4,5	10,0	0,01	8,2	0,1	74,8	20
3 Макароны изделия отварные с маслом	13,0	180,0	6,36	6,6	39,24	242,40	10
4 Консервы овощные закусочные(икра кабачковая)	6,0	60,0	3,14	2,34	4,62	71,4	16
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,0	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
6 Компот из свежих плодов	6,0	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого	40,0	550,0	20,51	23,82	91,74	664,28	
Обед — 70 руб.							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	18,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	22
2 Печень, тушенная в соусе	31,20	100,0	12,81	6,5	9,45	225,95	44
3 Каша перловая рассыпчатая	8,00	150,0	4,40	5,9	30,5	192,9	2
4 Салат из квашенной капусты	4,80	40/60	1,02	3	5,08	51,42	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40/50	3,04/ 3,8	1,12/ 1,4	19,6/24,5	104,4// 130,6	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого:	70,00	710/810	23,66/2 5,54	19,37/ 21,96	100,16/ 112,07	762,99/ 845,3	
Итого день:	110,0	1260/ 1360	44,17/4 6,05	41,72/4 3,2	191,9/203, 81	1427,27/ 1509,58	