Согласовано:

Директор МБОУ Красноармейской СОШ

Л.В. Гришина

Утверждаю:____________

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Древа

МЕНЮ

24 октября 2023 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 и старше

7 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
	Завтрак- 45 руб.							
1	Каша пшеничная рассыпчатая	11,0	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
2	Рагу из овощей	23,0	150,0	5,80	5,50	8,60	133,40	12
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,0	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
4	Чай с сахаром	9,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого	**45,0**	**550,0**	**15,24**	**15,39**	**80,51**	**550,4**	
	Обед — 75 руб.							
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	18,00	200/250	2/2,5	2,2/3	13/18,3	74/113	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	23,50	90/100	12,34/ 13,71	6,7/ 7,43	5,27/5,86	130,76/ 145,29	39
3	Рис отварной	10,00	150/160	3,6/3,8	5,4/5,7	36,4/38,8	208,7/ 222,6	3
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	4,50	40/90	3,04/ 6,84	1,12/ 2,52	19,6/46,26	104,48/ 235,08	-
5	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого:	**75,0**	**730/860**	**21,68/ 27,55**	**15,52/ 18,75**	**82,47/ 117,42**	**553,74/ 751,77**	
	Итого день:	**120,0**	**1280/ 1410**	**36,92/ 42,79**	**30,91/ 34,14**	**162,98/ 197,93**	**1104,14/ 1302,17**	