

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



## МЕНЮ

20 октября 2023 год

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

5 день

№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 45 руб.</b>								
1	Сосиска отварная	15,00	60	9,80	7,30	18,10	286,70	1
2	Соус красный основной	3,00	20	1,65	1,20	2,35	34,95	33
3	Овощи свежие огурцы/помидоры/ салат из белокочанной капусты	10,00	60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
4	Макаронные изделия отварные с маслом	5,00	150,0	1,44	5,30	8,60	103,80	-
5	Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	2,40	0,70	16,20	83,20	-
6	Чай с лимоном	10,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
<b>Итого:</b>		<b>45,00</b>	<b>530,00</b>	<b>15,99</b>	<b>14,60</b>	<b>53,45</b>	<b>544,45</b>	
<b>Обед — 75 руб.</b>								
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	Котлеты мясные	25,00	80,0	14,93	3,09	10,13	128,2	34
3	Каша пшеничная/гречневая рассыпчатая	10,00	150/ 160	8,2/ 6,84	6,9/ 9,19	35,9/ 49,21	238,9/ 307	11
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	3,00	50/90	3,8/ 6,84	1,4/ 2,52	24,5/ 46,26	130,6/ 235,08	-
6	Чай с сахаром	9,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
<b>Итого:</b>		<b>75,00</b>	<b>710/840</b>	<b>32,25/ 35,09</b>	<b>14,77/ 19,00</b>	<b>89,53/ 128,05</b>	<b>624,3/ 822,96</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>120,00</b>	<b>1240/ 1370</b>	<b>48,24/ 51,08</b>	<b>29,37/ 33,6</b>	<b>142,98/ 181,5</b>	<b>1168,75/ 1367,41</b>	