

Согласовано:



Утверждаю:

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

## МЕНЮ

13 февраля 2024 год

ВТОРНИК

**Возрастная категория: от 7 и старше**

**ОВЗ**

7 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 55 руб.</b>								
1	Котлета мясная	40,00	70,00	9,80	7,30	18,10	286,70	1
2	Каша рассыпчатая пшеничная	5,00	150,00	3,80	5,70	38,80	222,60	3
3	Хлеб пшеничный йодированный	1,50	40/50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
4	Соус красный основной	0,50	10,00	0,650	1,200	2,100	22,000	329
5	Овощи соленые (помидор/огурец)/ салат из квашеной капусты	6,00	60,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
6	Чай с сахаром	2,00	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	<b>Итого</b>	<b>55,0</b>	<b>530/580</b>	<b>18,75</b>	<b>15,7</b>	<b>91,7</b>	<b>697,7</b>	
<b>Обед — 100 руб.</b>								
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	25,50	250,0	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	38,50	100 (50/50)	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Рис отварной	15,00	160,0	3,80	5,7	38,8	222,6	3
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	6,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	16
5	Хлеб пшеничный йодированный	3,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6	Чай с сахаром	1,50	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7	Фрукты (яблоко)	10,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
	<b>Итого:</b>	<b>100,0</b>	<b>860,0</b>	<b>28,0</b>	<b>19,2</b>	<b>127,2</b>	<b>798,8</b>	
	<b>Итого день:</b>	<b>155,0</b>	<b>1390/1440</b>	<b>46,7</b>	<b>34,9</b>	<b>218,9</b>	<b>1496,5</b>	