



Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Генеральный директор  
 ОАО «Рынок» Орловского района  
 Н.А. Дресва



## МЕНЮ

10 января 2023 г

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

2 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша пшеничная рассыпчатая	10,50	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
2 Рагу из овощей	21,00	150,0	5,80	5,50	8,60	133,40	12
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Компот из свежих плодов	6,50	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>15,8</b>	<b>16,0</b>	<b>105,3</b>	<b>659,5</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп с бобовыми (горох)	18,00	200/ 250	6,66/ 8,33	5,73	20,13	165,25	14
2 Тефтели	28,50	80	5	11,99	7,27	164,36	9
3 Каша рассыпчатая (перловая)/рис отварной	10,00	150/ 180	3,7/5,3	4,8/7,2	36,5/36,6	203,5/ 231,5	10
4 Консервы овощные закусочные(горошек зеленый консервированный)	4,50	30	0,57	2,67	2,31	11,1	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
6 Компот из свежих плодов	6,00	180/ 200	0,14/ 0,16	0,14/ 0,16	25,09/ 27,88	103,14/ 114,6	13
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>700/ 800</b>	<b>20,96/2 3,9</b>	<b>24,33/2 9,4</b>	<b>121,63/ 125,0</b>	<b>804,07/ 843,5</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>110,00</b>	<b>1250/ 1350</b>	<b>36,76/3 9,7</b>	<b>37,33/4 5,37</b>	<b>226,93/ 230,3</b>	<b>1463,57/ 1503,00</b>	