

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

Директор

МБОУ Красноваршавской ООШ

Н.В. Дреева

МЕНЮ

11 ноября 2022 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

5 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ т Кар
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша рассыпчатая (гречневая)	20,20	180	9,8	7,3	18,1	286,7	1
2 Соус красный основной	3,50	50	1,65	1,2	2,35	34,95	33
3 Салат из квашенной капусты	5,80	60,0	1,02	3	5,08	51,42	4
4 Печенье «Со ароматом топленого молока»	2,50	20,0	1,44	5,3	8,6	103,8	-
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	7
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого:	40,00	550,0	17,2	17,9	60,2	608,2	
Обед — 70 руб.							
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	28,70	80,0	14,93	3,09	10,13	128,2	30
3 Каша пшеничная/гречневая рассыпчатая	10,00	150/ 160	8,2/ 6,84	6,9/ 9,19	35,9/49,21	238,9/ 307	1
4 Салат из квашенной капусты	5,80	60,0	1,02	3	5,08	51,42	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,50	50/90	3,8/ 6,84	1,4/ 2,52	24,5/46,26	130,6/ 235,08	7
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
Итого:	71,00	700/ 830	32,87/ 35,99	18,11/ 23,2	89,35/ 128,25	657,3/ 866,46	
Итого за день:	111,00	1250/ 1380	50,07/ 53,19	36,01/ 41,1	149/55 188,45	1257,8/ 1474,66	