

Согласовано:

Директор ООО  
Красноармейский СМШ  
А. В. Дремлюга



Утверждаю:

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



## МЕНЮ

13 января 2023 г

ПЯТНИЦА

Возрастная категория: от 7 и старше

5 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
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	-
6 Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>550,0</b>	<b>17,2</b>	<b>17,9</b>	<b>60,2</b>	<b>608,2</b>	
<b>Обед — 70 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	27,70	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 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	-
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
<b>Итого:</b>	<b>70,00</b>	<b>700/ 830</b>	<b>32,87/ 35,99</b>	<b>18,11/ 23,2</b>	<b>89,35/ 128,25</b>	<b>657,3/ 866,46</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>110,00</b>	<b>1250/ 1380</b>	<b>50,07/ 53,19</b>	<b>36,01/ 41,1</b>	<b>149,55 188,45</b>	<b>1257,8/ 1474,66</b>	