

Согласовано:

Директор
МБОУ «Красноармейская СОШ»
С.В. Древева



Утверждаю:

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



МЕНЮ

10 сентября 2024 год

ВТОРНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

ОВЗ

7 день

№	Наименование блюда	Выход	Цена (руб.)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак - 55 руб.								
1	Котлета куриная	70,00	45,00	6,04	4,57	38,50	219,48	324
2	Рис отварной/ гречка отварная/ гарнир пшеничный/ ячневый/ перловый	150,00	5,00	5,60	8,88	36,20	246,38	3/1/11/2
3	Овощи свежие (огурцы/ помидоры/ салат из белокочанной капусты)	40,00	2,00	1,82	0,12	3,90	24,00	4
4	Чай с лимоном	200,00	0,50	0,05	0,01	9,17	37,96	55
5	Хлеб йодированный	40,00	2,50	3,04	1,12	20,56	104,48	49
	Итого	500,00	55,00	16,55	14,70	108,32	632,30	
Обед — 100 руб.								
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	25,50	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	100,00	39,50	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Рис отварной	150,00	15,00	3,80	5,70	38,80	222,60	3
4	Овощи свежие помидор/огурец /салат из белокочанной капусты	40,00	6,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	2,50	6,84	2,52	46,26	235,08	49
6	Фрукты (яблоко)	100,0	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
7	Чай с сахаром	200,00	1,50	0,00	0,00	10,98	43,90	7
	Итого:	880,00	100,00	27,75	19,15	131,70	815,87	
	Итого день:	1380,00	155,00	44,30	33,85	240,02	1448,17	