

Согласовано:



Утверждаю:

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



## МЕНЮ

12 января 2023 г

### ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: 7 и старше

4 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
<b>Завтрак- 40 руб.</b>							
1 Каша жидкая молочная (рисовая)	20,60	210,0	10,46	8,83	20,82	203,39	17
2 Бутерброд с маслом	5,00	40,0	2,36	7,49	14,89	136	26
3 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
4 Компот из свежих плодов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
5 Фрукты (яблоко)	6,40	80,0	0,32	0,32	7,84	37,60	28
<b>Итого:</b>	<b>40,00</b>	<b>570,0</b>	<b>16,3</b>	<b>17,9</b>	<b>91,0</b>	<b>596,1</b>	
<b>Обед — 70 руб.</b>							
1 Суп картофельный с крупой (перловая)	18,00	200/250	2,2/2,5	2,2/2,75	13/16,25	74/92,5	29
2 Плов из птицы	35,50	200,0	27,30	8,10	33,20	314,60	31
3 Винегрет	7,50	50/60	0,72	5,40	4,02	67,14	32
4 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/90	4,56/6,84	1,68/2,52	30,84/46,26	156,72/235,08	-
5 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>690/800</b>	<b>34,44/37,33</b>	<b>15,28/7,33</b>	<b>103,7/125,47</b>	<b>679,65/794,21</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>110,00</b>	<b>1260/1370</b>	<b>50,74/53,63</b>	<b>33,18/5,23</b>	<b>194,7/216,47</b>	<b>1275,75/1390,31</b>	