

Согласовано:

Директор  
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №12»  
Социально-педагогическая  
М.А. Дреева



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



**МЕНЮ**

20 декабря 2022 г

**ВТОРНИК**

**Возрастная категория: от 7 лет и старше**

**2 день**

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