

Согласовано:

Директор
МБОУ Крайнеармейского СОШ
Л.В. Трушкова



Утверждаю:

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



МЕНЮ

21 ноября 2022 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 лет и старше

1 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех Карты
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша ячневая рассыпчатая	11,00	180,0	8,60	8,88	20,2	246,38	46
2 Салат из квашенной капусты	6,00	50,0	0,85	2,5	4,23	42,85	4
3 Оладьи (с повидлом)	14,00	85,0	5,98	5,98	13,73	224,09	6
4 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	-
5 Чай с сахаром	7,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого:	40,00	555,0	18,7	18,5	64,3	644,6	
Обед — 70 руб.							
1 Борщ с капустой и картофелем	18,00	200/250	4,46/5,575	4,64/5,425	12,25/15,16	96,2/120,03	8
2 Сосиски, сардельки	24,00	60,0	6,01	13	0,2	150	9
3 Макароны изделия отварные с маслом	13,00	150/180	5,3/6,36	5,5/6,6	32,7/39,24	202/242,4	10
4 Салат из квашенной капусты	6,00	50,0	0,85	2,5	4,23	42,85	4
5 Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/90	4,5/6,84	1,68/2,52	30,84/46,26	156,72/235,08	-
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/26,8	7
Итого:	70,00	700/830	21,4/25,8	27,3/30	89/108,7	671,9/817,2	
Итого за день:	110,00	1255/1385	40,1/44,5	45,8/48,5	153,3/172,9	1316,5/1461,8	