

Согласовано: _____

Директор Майорская СОШ

Т. Н. Безуглова



Утверждаю: _____

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева



МЕНЮ

20 сентября 2021 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

6 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 65 руб.								
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	32,00	100,0	14,35	10,10	15,50	165,00	69
2	Гречка отварная/рис отварной/каша пшеничная/каша перловая/каша ячневая	15,00	180,0	4,61	6,45	48,2	269,32	13/74
3	Салат из белокочанной капусты	11,00	50,0	0,7	2,55	4,49	44	19
4	Хлеб йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	20,56	104,48	-
5	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого	65,00	570,0	22,9	20,22	103,75	640,8	
Обед — 35 руб.								
1	Рассольник ленинградский	18,00	250,0	5,00	3,50	20,1	235,0	54
2	Бутерброды с сыром	10,00	5,0/10,0 /30,0	6,04	10,16	9,39	158,14	45
3	Хлеб йодированный	2,00	40,0	2,64	0,48	13,36	69,34	-
4	Чай с сахаром	5,00	200,0	0,20	0,00	15,00	58,00	6
	Итого:	35,00	535,0	13,9	14,1	57,9	520,5	
	Итого день:		1105,0	36,8	34,4	161,6	1161,3	