

Согласовано:



Утверждаю:

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ
3 ФЕВРАЛЯ 2026 г
ВТОРНИК

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак							
1	Ёжики куриные	90,00	5,60	6,12	8,46	113,40	44
2	Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
3	Икра кабачковая консервированная	40,00	1,76	3,56	3,08	47,60	12
4	Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	11
6	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
	Итого	570,00	26,27	23,55	115,22	773,23	
Горячий обед							
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	(50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
3	Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
4	Салат из отварной свеклы	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	16
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	11
6	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
	Итого:	780,00	20,89	21,24	102,15	736,13	
	Итого за день	1350,00	47,16	44,79	217,37	1509,36	