

Согласовано



Утверждаю:

Генеральный директор

ОАО «Рынок» Орловского района

Н.А. Дреева

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

5 ФЕВРАЛЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак							
1	Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2	Капша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
3	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	60,00	0,78	2,70	4,56	45,66	16
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
	Итого	530,00	20,40	20,88	76,56	614,94	
Горячий обед							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
		100					
2	Курица тушеная с морковью	(50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
3	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
4	Винегрет овощной	40,00	1,20	0,80	2,60	16,00	21
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
	Итого:	780,00	25,88	24,24	103,56	706,61	
	Итого за день	1310,00	46,28	45,12	180,12	1321,55	