

Согласовано: *Директор*
И.В. Широкетская
Секретарь
Сухина



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



ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

6 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2	Рыба тушеная с овощами	37,00	100 (50/50)	10,629	10,414	11,817	183,876	65Л/69Л
3	Рис отварной/ гречка отварная/гарнир пшеничный/ячневый/перловый	11,00	150	5,600	8,880	36,200	246,380	3/1/11/2
4	Какао с молоком	15,00	200	4,018	3,544	17,578	118,600	45
5	Хлеб йодированный	2,00	30	2,280	0,840	15,420	78,360	49
	Итого	75,00	440,0	24,347	23,798	84,915	651,216	



	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 55 руб.								
1	Тефтеля мясная	26,50	70/80	10,88	36,56	8,95	372,80	34
2	Хлеб пшеничный йодированный	2,50	40/50	2,40	0,70	16,20	83,20	49
3	Чай с сахаром	6,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Рагу из овощей	10,00	150/ 160	5,80	5,5/ 5,87	8,60	133,40	12
	Итого:	55,00	520/550	19,78	37,36	41,95	625,20	



Обед — 90 руб.

1	Суп с бобовыми (горох)	25,00	200/250	6,66/ 8,33	4,5/ 5,73	16,1/ 20,13	132,2/ 165,25	14
2	Колбаса вареная (порциями)	30,00	60,0	7,20	12,00	0,00	138,00	36
3	Макаронные изделия отварные с маслом	16,00	150/200	5,3/ 7,07	5,5/ 7,33	32,7/43,6	202/ 269,3	10
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/50	4,56/ 3,8	1,68/ 1,4	30,84/24,5	156,72/ 130,6	-
6	Компот из сухофруктов	6,00	180,0	0,14	0,14	25,09	103,14	377
	Итого:	90,00	700/820	24,36/ 27,04	23,92/ 26,7	106,43/ 115,02	741,06/ 815,29	



Обед —100 руб.

1	Суп с бобовыми (горох)	23,00	250,0	8,3	5,7	20,1	165,3	14
2	Колбаса вареная (порциями)	24,00	60,0	7,2	12,0	0,0	138,0	36
3	Макаронные изделия отварные с маслом	20,00	200,0	7,1	7,3	43,6	269,3	10
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	50,0	0,5	0,1	1,7	9,0	38
5	Хлеб пшеничный йодированный	3,00	50,0	3,8	1,4	24,5	130,6	-
6	Компот из сухофруктов	6,00	200,0	1,5	0,3	30,7	125,2	13
7	Кондитерское изделие	14,00	40,0	2,2	2,6	14,0	84,4	-
	Итого:	100,00	850,0	30,6	29,5	134,6	921,7	

