

Согласовано: *Директор*
МБОУ Школы № 1 с.с.п.п. Широкотинского с/пос. Орловского района
Чухен

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

ВТОРНИК

7 день

	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы								
1	Макаронные изделия отварные с маслом	26,00	150	6,038	4,575	38,497	219,481	59Л
2	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ссж
3	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
4	Фрукты (яблоки)	10,00	100	0,400	0,400	9,800	47,000	28
5	Сосиски/Сардельки	15,00	60	6,600	14,300	0,200	156,600	9М
6	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашеной капусты	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
7	Соус красный основной	2,00	25	0,650	1,200	2,100	22,000	329
	Итого	75,00	635,0	18,602	21,721	84,222	611,523	



№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 55 руб.								
1	Котлета мясная	40,00	70/80	9,80	7,30	18,10	286,70	1
2	Каша рассыпчатая пшеничная	11,00	150/180	3,80	5,70	38,80	222,60	3
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,50	40/50	3,80	1,40	24,50	130,60	49
4	Соус красный основной	1,50	10,00	0,650	1,200	2,100	22,000	329
5	Овощи соленые (помидор/огурец)/ салат из квашеной капусты	10,00	60,00	0,50	0,10	1,70	9,00	4
6	Чай с сахаром	6,00	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого		55,0	530/580	18,75	15,7	91,7	697,7	



№	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Обед — 90 руб.								
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	25,00	200/250	2/2,5	2,2/3	13/18,3	74/113	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	31,50	90 (45/45) 100 (50/50)	12,34/ 13,71	6,7/ 7,43	5,27/5,86	130,76/ 145,29	39
3	Рис отварной	10,00	150/160	3,6/3,8	5,4/5,7	36,4/38,8	208,7/ 222,6	3
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашеной капусты	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	4,50	40/90	3,04/ 6,84	1,12/ 2,52	19,6/46,26	104,48/ 235,08	-
6	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого:		90,0	730/860	21,68/ 27,55	15,52/ 18,75	82,47/ 117,42	553,74/ 751,77	



ОВЗ

Обед — 100 руб.

1	Суп картофельный с крупой (пшено)	18,00	250,0	2,50	3,00	18,30	113,00	29
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	23,50	100 (50/50)	13,71	7,43	5,86	145,29	39
3	Рис отварной	10,00	160,0	3,80	5,7	38,8	222,6	3
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	16
5	Хлеб пшеничный йодированный	4,50	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6	Чай с сахаром	9,00	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
7	Фрукты (яблоко)	25,00	100,0	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого:		100,0	860,0	28,0	19,2	127,2	798,8	

