

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

Орловского района
 МБОУ «Широкетская СОШ»
 Широкетская

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



ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

8 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	Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ ссж
3	Печень тушеная	35,00	60 (30/30)	17,267	6,964	30,852	256,379	284
4	Каша гречневая рассыпчатая	8,00	150	9,800	8,300	43,100	286,700	12
5	Кондитерское изделие(печень/вафли)	10,00	15	1,100	1,500	11,200	62,600	47
6	Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
	Итого	75,00	465,0	33,081	18,010	118,777	772,121	



Завтрак- 45 руб.							ккал.	карты
1	Суп молочный с макаронными изделиями	22,0	250,0	9,88	9,68	15,33	167,78	40
2	Бутерброды с сыром	10,0	45,0	5,22	7,47	13,35	141,30	23
3	Хлеб пшеничный йодированный	3,0	60,0	4,56	1,68	30,84	156,72	-
4	Чай с лимоном	10,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
Итого:		45,0	555,00	19,86	18,83	66,02	492,60	



Обед — 75 руб.							ккал.	карты
1	Борщ с капустой и картофелем	22,00	200/250	4,46/ 5,58	4,34/ 5,43	9,8/12,25	96,02/ 120,03	8
2	Тефтели	24,00	80	5,00	11,99	7,27	164,36	15
3	Макаронные изделия отварные с маслом	10,00	150/160	5,3/ 5,65	5,5/ 5,87	32,7/34,88	202/ 215,47	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	40/50	3,04/ 3,8	1,12/ 1,4	19,6/24,5	104,48/ 130,6	-
6	Компот из сухофруктов	6,00	200,0	0,16	0,16	27,88	114,60	13
Итого:		75,00	720/ 800	18,46/ 20,69	23,21/ 24,95	98,95/ 108,48	690,46/ 754,06	



Обед — 100 руб.

1	Борщ с капустой и картофелем	22,00	250,0	5,58	5,43	12,25	120,03	8
2	Тефтели	24,00	80	5,00	11,99	7,27	164,36	15
3	Макаронные изделия отварные с маслом	16,00	160,0	5,65	5,87	34,88	215,47	10
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	32
5	Хлеб пшеничный йодированный	5,00	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
6	Кисломолочный продукт	23,00	180,0	5,22	5,22	7,56	91,80	30
	Итого:	100,00	780,00	25,75	30,01	88,16	731,26	

