

Согласовано: *Директор ООО «МБОУ Широкотинская с/сш»*
Чухин



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



ЧЕТВЕРГ

9 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы							
1 Винегрет	10,00	60	1,820	0,120	3,900	24,000	4
2 Тефтели куриные	23,00	90	8,601	9,769	9,668	161,407	9
3 Макароны изделия отварные	26,00	150	6,038	4,575	38,497	219,481	10
4 Чай с лимоном	10,00	200	0,054	0,006	9,165	37,962	377М/ссж
5 Хлеб йодированный	2,00	40	3,040	1,120	20,560	104,480	49
6 Соус красный основной	4,00	25	0,650	1,200	2,100	22,000	329
Итого	75,00	565,0	20,203	16,790	83,890	569,330	



	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак- 55 руб.								
1	Каша жидкая молочная (овсяная)	23,5	200,0	9,50	9,38	16,72	240,75	17
2	Пирожок с повидлом	20,0	100,0	7,50	7,99	19,24	304,00	41
3	Хлеб пшеничный йодированный	2,5	50,0	3,80	1,40	24,50	130,60	-
4	Чай с сахаром	9,0	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	7
	Итого	55,0	550,0	21,00	18,77	66,96	702,15	



	Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Обед — 90 руб.								
1	Суп картофельный с клецками	20,00	200/250	4,62/ 5,78	3,28/ 4,1	11,4/14,25	93,5/ 116,88	30
2	Курица тушеная с морковью	39,00	100 (50/50)	14,10	6,30	4,40	131,30	43
3	Каша пшеничная рассыпчатая	8,00	150/160	6,41/ 6,84	8,61/ 9,19	46,13/ 49,21	287,8/ 307	11
4	Салат из отварной свеклы	10,00	50/60	0,50	0,10	1,70	9,00	4
5	Хлеб пшеничный йодированный	3,00	60/90	4,56/ 6,84	1,68/ 2,52	29,4/46,26	156,72/ 235,08	-
6	Чай с лимоном	10,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	7
	Итого:	90,00	740/ 860	30,39/ 34,26	19,97/ 22,21	98,93/ 122,32	702,42/ 826,06	



Обед — 100 руб.

1	Суп картофельный с клецками	18,00	250,0	5,78	4,10	14,3	116,9	30
2	Курица тушеная с морковью	26,00	100 (50/50)	14,1	6,30	4,4	131,3	43
3	Каша пшеничная рассыпчатая	8,00	160,0	6,84	9,19	49,21	307,00	11
4	Овощи соленые огурцы/помидоры/ салат из квашенной капусты	10,00	60,0	0,50	0,10	1,70	9,00	25
5	Хлеб пшеничный йодированный	3,00	90,0	6,84	2,52	46,26	235,08	-
6	Чай с лимоном	10,00	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	
	Итого:	100,00	860,00	34,66	22,61	132,12	873,06	

