

Согласовано: _____

утверждаю: _____

Директор МБОУ СОШ №1
Л. Р. Байкина

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

1 ОКТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2 Макароны изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3 Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого	530,00	22,56	23,11	90,24	706,24	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2 Макароны изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3 Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	530,00	19,59	20,43	75,83	619,64	
Горячий обед ОВЗ						
1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2 Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3 Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)	75/50/100	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	805/780/830	31,09	30,75	115,78	981,79	
Горячий обед						
1 Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2 Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3 Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	730,00	26,21	23,15	90,58	710,19	

Директор МБОУ СОШ №1
И.Р. Бойкина

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

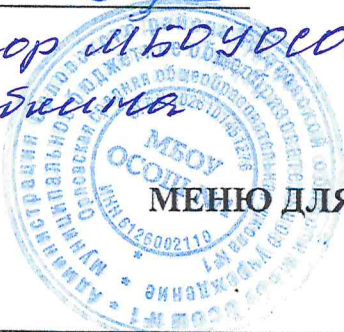
2 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Гуляш	90 (45/45)	6,86	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	5,65	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,86	1,93	2,57	44,34	43
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
6 Кондитерское изделие	20,00	4,88	5,60	25,20	271,60	г/п
Итого	560,00	20,44	21,23	81,51	748,90	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Гуляш	90 (45/45)	6,86	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	5,65	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,86	1,93	2,57	44,34	43
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	540,00	15,56	15,63	56,31	477,30	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	835/810/ 860/785	31,43	35,39	141,68	1066,66	
Горячий обед						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого:	760,00	26,55	27,79	116,48	795,06	

Директор МБОУ СОШ №
И.В. Бабкина

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

5 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Плов из мяса птицы	200,00	10,30	14,80	23,20	314,60	20
2 Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
5 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Итого	550,00	20,66	20,19	79,75	669,57	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Плов из мяса птицы	200,00	10,30	14,80	23,20	314,60	20
2 Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
3 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4 Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого	500,00	16,16	17,02	52,48	514,12	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
2 Рагу овощное с мясом	200,00	8,64	13,58	17,37	302,60	39
3 Хлеб пшеничный йодированный	50,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
4 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
5 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	775/750	26,31	28,40	119,21	1002,85	
Горячий обед						
1 Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
2 Рагу овощное с мясом	200,00	8,64	13,58	17,37	302,60	39
3 Хлеб пшеничный йодированный	50,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
4 Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	700,00	21,43	20,80	94,01	731,25	

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Ёжики куриные	90,00	5,60	6,42	8,46	113,40	44
2 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	7,90	7,95	25,90	238,90	1
3 Икра кабачковая консервированная	60,00	2,64	5,34	4,62	71,40	12
4 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого	590,00	26,85	26,68	106,76	797,03	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Ёжики куриные	90,00	5,60	6,42	8,46	113,40	44
2 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	7,90	7,95	25,90	238,90	1
3 Икра кабачковая консервированная	40,00	1,76	3,56	3,08	47,60	12
4 Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого	570,00	25,97	24,90	105,22	773,23	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
2 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
3 Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
4 Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
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
7 Фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)/пирожок в ассортименте	100/25/ 75	0,40	0,40	9,80	47,00	г/п
Итого:	880/805/ 855	21,29	21,64	111,95	783,13	
Горячий обед						
Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	780,00	20,89	21,24	102,15	736,13	

Одобрено: _____

Утверждаю: _____

Директор МБОУ СОШ №1
И.Ф. Бибикова

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

7 ОКТЯБРЯ 2026 г

СРЕДА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Каша жидкая молочная рисовая	250,00	12,75	8,13	35,10	279,63	13
Масло порциями	10,00	0,10	8,20	0,10	74,80	20
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	17
Итого	600,00	17,99	17,85	71,30	533,81	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Каша жидкая молочная рисовая	200,00	10,20	6,50	28,08	223,70	13
Масло порциями	10,00	0,10	8,20	0,10	74,80	20
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	17
Итого	550,00	15,44	16,22	64,28	477,88	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	4,10	14,25	116,93	19
Капуста тушеная	150,00	3,75	6,90	26,05	161,00	45
Мясо тушеное	90,00	13,68	15,64	34,57	305,50	46
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	805/780	32,83	35,36	126,37	987,41	
Горячий обед						
Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	4,10	14,25	116,93	19
Капуста тушеная	150,00	3,75	6,90	26,05	161,00	45
Мясо тушеное	90,00	13,68	15,64	34,57	305,50	46
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого:	730,00	27,95	27,76	101,17	715,81	

составитель
Директор МБОУ СОШ №1
Л. Р. Бойкина

утверждаю:

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

8 ОКТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Котлеты московские	80,00	10,48	9,86	15,20	244,00	36
Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Кондитерское изделие	20,00	1,50	2,90	13,40	93,40	г/п
Итого	550,00	21,69	22,43	87,23	705,04	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Котлеты московские	80,00	10,48	9,86	15,20	244,00	36
Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого	530,00	20,19	19,53	73,83	611,64	
Горячий обед ОВЗ						
Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	0,04	0,76	4,80	45
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Тирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	855/830/ 880/805	29,76	31,08	126,92	967,01	
Горячий обед 120 руб.						
Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	0,04	0,76	4,80	45
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	780,00	24,88	23,48	101,72	695,41	

Утверждаю: _____

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

9 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Каша молочная "Дружба"	250,00	11,91	12,70	36,89	340,54	34
Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого	605,00	19,05	18,62	72,79	572,57	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Каша молочная "Дружба"	200,00	9,53	10,16	29,51	272,43	34
Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого	555,00	16,67	16,08	65,41	504,46	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	855/830	27,67	33,24	147,99	1104,13	
Горячий обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого	760,00	22,79	25,64	122,79	832,53	

Одложено:

Директор МБОУ СОШ №1
И.Р. Байбака

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

12 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы							
1	Суп молочный с макаронными изделиями	250,00	6,88	5,68	22,33	167,78	26
2	Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
3	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4	Кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	50,00	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
5	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
	Итого	555,00	21,47	21,48	88,04	711,01	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие							
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200,00	5,50	4,54	17,86	134,22	26
2	Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
3	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4	Кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	50,00	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
5	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
	Итого	505,00	20,09	20,34	83,57	677,45	
Горячий обед ОВЗ							
1	Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
		90					
2	Гуляш	(45/45)	8,16	6,93	7,74	154,78	35
3	Каша рассыпчатая рисовая	150,00	6,25	10,25	49,25	380,00	3
4	Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
7	Фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)/пирожок в ассортименте	100/25/75	0,40	0,40	9,80	47,00	г/п
	Итого:	870/795/845	26,86	28,03	115,70	923,07	
Горячий обед							
1	Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
		90					
2	Гуляш	(45/45)	8,16	6,93	7,74	154,78	35
3	Каша рассыпчатая рисовая	150,00	6,25	10,25	49,25	380,00	3
4	Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	35,20	42
5	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
	Итого:	770,00	26,46	27,63	105,90	866,51	

Одобрено: _____

утверждаю: _____

Директор МБОУ «СОШ №1»
Л.Ф. Бабкина

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

13 ОКТЯБРЯ 2026 г

ВТОРНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Омлет натуральный	150,00	9,00	13,05	9,85	298,50	33
Горошек зеленый консервированный	40,00	1,20	0,11	2,40	14,80	12
Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	30,90	155,45	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	220,00	0,22	0,00	7,15	29,48	5
Итого	500,00	17,96	17,45	69,90	602,71	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Омлет натуральный	150,00	9,00	13,05	9,85	298,50	33
Горошек зеленый консервированный	30,00	0,90	0,08	1,80	11,10	12
Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	470,00	17,64	17,42	65,02	596,33	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,97	2,73	14,58	90,75	18
Котлета домашняя	80,00	10,81	11,81	18,49	199,30	40
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	40,00	0,99	2,48	4,35	43,74	37
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	835/810	27,65	31,33	146,93	1044,67	
Горячий обед						
Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,97	2,73	14,58	90,75	18
Котлета домашняя	80,00	10,81	11,81	18,49	199,30	40/7
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	40,00	0,99	2,48	4,35	43,74	37/50
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	760,00	22,77	23,73	121,73	773,07	

Генеральный директор
ОАО «Рынех» Орловского района
Н.А. Дреева



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

14 ОКТЯБРЯ 2026 г

СРЕДА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
6 Кондитерское изделие	20,00	4,88	5,60	25,20	271,60	г/п
Итого	570,00	21,05	21,25	83,84	811,11	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
3 Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
4 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5 Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого	550,00	16,17	15,65	58,64	539,51	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	7,10	9,25	116,93	19
2 Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
4 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,28	0,04	0,76	4,80	45
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
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/ пряник) /фрукты (яблоки)	75/50/ 100	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	835/810/ 860	32,74	30,94	130,85	997,72	
Горячий обед						
1 Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	7,10	9,25	116,93	19
2 Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
3 Каша рассыпчатая гречневая	150,00	8,20	6,90	35,90	238,90	1
4 Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,28	0,04	0,76	4,80	45
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	760,00	27,86	23,34	105,65	726,12	

Директор МБОУ СОШ №1
 Л.Ф. Бойкина


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


МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

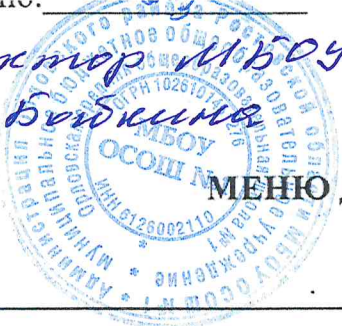
15 ОКТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы							
1	Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого		530,00	22,56	23,11	90,24	706,24	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие							
1	Котлеты московские	80,00	10,48	11,16	15,20	244,00	36
2	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Итого		530,00	19,59	20,43	75,83	619,64	
Горячий обед ОВЗ							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2	Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3	Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)		75/50/100	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:		805/780/830	31,09	30,75	115,78	981,79	
Горячий обед							
1	Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
2	Плов из мяса птицы	200,00	16,30	14,10	23,20	314,60	20
3	Салат витаминный	40,00	0,63	2,41	3,52	38,28	55
4	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
5	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:		730,00	26,21	23,15	90,58	710,19	

Директор МБОУ СОШ №1
Л.Р. Бабкина

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

16 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
1 Гуляш	90 (45/45)	6,86	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	5,65	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,86	1,93	2,57	44,34	43
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
6 Кондитерское изделие	20,00	4,88	5,60	25,20	271,60	г/п
Итого	560,00	20,44	21,23	81,51	748,90	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
1 Гуляш	90 (45/45)	6,86	6,93	7,74	154,78	35
2 Картофельное пюре	150,00	3,10	5,65	19,70	145,80	15
3 Салат из сырых овощей	60,00	0,86	1,93	2,57	44,34	43
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	540,00	15,56	15,63	56,31	477,30	
Горячий обед ОВЗ						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
7 Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	835/810/ 860/785	31,43	35,39	141,68	1066,66	
Горячий обед						
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
2 Котлета из курицы	80,00	11,15	7,65	12,92	110,14	23
3 Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
4 Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
5 Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
6 Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого:	760,00	26,55	27,79	116,48	795,06	

Директор МБОУ ОСОШ №1
И.Р. Байджиева

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

19 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Плов из мяса птицы	200,00	10,30	14,80	23,20	314,60	20
Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Итого	550,00	20,66	20,19	79,75	669,57	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Плов из мяса птицы	200,00	10,30	14,80	23,20	314,60	20
Салат из белокочанной капусты	60,00	1,12	1,1	2,98	67,14	42
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого	500,00	16,16	17,02	52,48	514,12	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
Рагу овощное с мясом	200,00	8,64	13,58	17,37	302,60	39
Хлеб пшеничный йодированный	50,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	775/750	26,31	28,40	119,21	1002,85	
Горячий обед						
Суп картофельный с горохом	250,00	8,33	5,73	20,13	165,25	9
Рагу овощное с мясом	200,00	8,64	13,58	17,37	302,60	39
Хлеб пшеничный йодированный	50,00	3,80	1,40	24,50	130,60	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	700,00	21,43	20,80	94,01	731,25	

Директор МБОУ ВСОШ №1
И. Р. Бойкина

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

20 ОКТЯБРЯ 2026 г

ВТОРНИК

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Ёжики куриные	90,00	5,60	6,42	8,46	113,40	44
Каша рассыпчатая гречневая	150,00	7,90	7,95	25,90	238,90	1
Икра кабачковая консервированная	60,00	2,64	5,34	4,62	71,40	12
Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого	590,00	26,85	26,68	106,76	797,03	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Ёжики куриные	90,00	5,60	6,42	8,46	113,40	44
Каша рассыпчатая гречневая	150,00	7,90	7,95	25,90	238,90	1
Икра кабачковая консервированная	40,00	1,76	3,56	3,08	47,60	12
Сдоба обыкновенная	50,00	4,50	3,17	27,27	155,45	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	20,91	113,40	42
Итого	570,00	25,97	24,90	105,22	773,23	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)/пирожок в ассортименте	100/25/75	0,40	0,40	9,80	47,00	г/п
Итого:	880/805/855	21,29	21,64	111,95	783,13	
Горячий обед						
Суп картофельный с крупой (пшено)	250,00	4,90	3,00	18,30	113,00	18
Рыба, тушеная в томате с овощами	100 (50/50)	8,71	7,43	9,86	195,29	25
Картофельное пюре/картофель отварной	150,00	3,10	6,00	19,70	145,80	15
Салат из белокочанной капусты	40,00	0,48	3,60	2,68	44,76	42
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	780,00	20,89	21,24	102,15	736,13	

Директор МБОУ ОСОШ №1
И. В. Бобкова

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



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ
21 ОКТЯБРЯ 2026 г

СРЕДА

Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы							
1	Каша жидкая молочная рисовая	250,00	12,75	8,13	35,10	279,63	13
2	Масло порциями	10,00	0,10	8,20	0,10	74,80	20
3	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4	Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
5	Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	17
Итого		600,00	17,99	17,85	71,30	533,81	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие							
1	Каша жидкая молочная рисовая	200,00	10,20	6,50	28,08	223,70	13
2	Масло порциями	10,00	0,10	8,20	0,10	74,80	20
3	Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
4	Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
5	Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	17
Итого		550,00	15,44	16,22	64,28	477,88	
Горячий обед ОВЗ							
1	Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	4,10	14,25	116,93	19
2	Капуста тушеная	150,00	3,75	6,90	26,05	161,00	45
3	Мясо тушеное	90,00	13,68	15,64	34,57	305,50	46
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
6	Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:		805/780	32,83	35,36	126,37	987,41	
Горячий обед							
1	Суп картофельный с клецками	250,00	5,78	4,10	14,25	116,93	19
2	Капуста тушеная	150,00	3,75	6,90	26,05	161,00	45
3	Мясо тушеное	90,00	13,68	15,64	34,57	305,50	46
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:		730,00	27,95	27,76	101,17	715,81	

Директор МБОУ СОШ №1
Л. Р. Бибкина

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

22 ОКТЯБРЯ 2026 г

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Котлеты московские	80,00	10,48	9,86	15,20	244,00	36
Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Кондитерское изделие	20,00	1,50	2,90	13,40	93,40	г/п
Итого	550,00	21,69	22,43	87,23	705,04	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Котлеты московские	80,00	10,48	9,86	15,20	244,00	36
Каша рассыпчатая перловая	150,00	4,40	5,90	30,50	192,90	2
Салат из свежих помидоров и огурцов	60,00	0,57	2,65	1,83	42,36	41
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с лимоном	200,00	1,70	0,00	6,70	27,90	31
Итого	530,00	20,19	19,53	73,83	611,64	
Горячий обед ОВЗ						
Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	0,04	0,76	4,80	45
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)/фрукты (яблоки)/кондитерское изделие (батончик)	75/50/ 100/25	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого:	855/830/ 880/805	29,76	31,08	126,92	967,01	
Горячий обед 120 руб.						
Борщ с капустой и картофелем	250,00	5,58	5,43	12,25	120,03	6
Курица тушеная с морковью	100 (50/50)	10,10	11,30	4,40	131,30	27
Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	5,50	32,70	202,00	8
Овощи натуральные свежие — огурец	40,00	0,20	0,04	0,76	4,80	45
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого:	780,00	24,88	23,48	101,72	695,41	

Директор МБОУ ООШ №1
 Л.Ф. Бабкина

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

МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ

23 ОКТЯБРЯ 2026 г

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Горячий завтрак 1-4 классы						
Каша молочная "Дружба"	250,00	11,91	12,70	36,89	340,54	34
Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого	605,00	19,05	18,62	72,79	572,57	
Горячий завтрак 5-11 классы, СВО, многодетные, малоимущие						
Каша молочная "Дружба"	200,00	9,53	10,16	29,51	272,43	34
Сыр порционный	15,00	3,50	4,40	0,00	53,75	19
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	26,80	5
Фрукты (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	28
Итого	555,00	16,67	16,08	65,41	504,46	
Горячий обед ОВЗ						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Пирожок в ассортименте/кондитерское изделие (печенье/вафли/пряник)	75/50	4,88	7,60	25,20	271,60	г/п
Итого	855/830	27,67	33,24	147,99	1104,13	
Горячий обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,40	5,30	15,70	151,00	32
Тефтели мясные	80,00	9,90	8,09	8,13	128,21	10
Каша рассыпчатая пшеничная	150,00	6,41	8,61	46,13	287,80	11
Салат из свежих помидоров и огурцов	40,00	0,38	2,43	1,22	28,24	52
Хлеб пшеничный йодированный	40,00	3,04	1,12	19,60	104,48	гп
Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	38
Итого	760,00	22,79	25,64	122,79	832,53	