

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____ / _____

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 1(Понедельник)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 15 | Сыр порциями | 25 | 90 | 5,75 | 5,97 | | 15,22 |
| 2. | 173 | Каша молоч.пшениная с маслом | 210 | 320,3 | 8,53 | 12,28 | 43,61 | 15,10 |
| 3. | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 146,3 | 3,12 | 2,51 | 24,69 | 9,00 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 20 | 47,6 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 1,71 |
| 5. | 338 | Фрукты | 100 | 40 | 0,8 | 0,3 | 8,1 | 8,86 |
| | | Итого | 555 | 644,2 | 19,72 | 21,22 | 86,12 | 49,89 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 43 | Салат из белокочанной капусты. | 100 | 86,07 | 1,48 | 5,08 | 8,98 | 3,57 |
| 2. | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 148,29 | 5,13 | 5,33 | 19,5 | 4,17 |
| 3. | 269/331 | Котлеты рубленные с томатным соусом | 100 | 172,94 | 8,34 | 10,46 | 11,9 | 33,58 |
| 4. | 309 | Макароньы отварные | 200 | 267,03 | 7,24 | 6,52 | 43,61 | 7,90 |
| 5. | | Чай с фруктовым соком | 200 | 33 | 0,54 | 0,1 | 8,58 | 6,85 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 890 | 805,33 | 25,85 | 27,85 | 92,57 | 58,63 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 2(Вторник)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 173 | Каша мол. из овсяных хлопьев с маслом | 260 | 347,78 | 9,45 | 16,52 | 40,25 | 16,96 |
| 2. | 382 | Какао с молоком | 200 | 143 | 3,79 | 3,2 | 25,81 | 9,83 |
| 3. | 2 | Бутерброд с повидлом | 55 | 156,7 | 2,38 | 4,39 | 27,11 | 9,36 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 5. | | Итого | 555 | 742,68 | 18,66 | 24,43 | 112,61 | 39,56 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|-------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 67 | Винегрет овощной. | 100 | 124,34 | 1,34 | 10,11 | 6,86 | 5,57 |
| 2. | 82 | Борщ с капустой картофелем со смет. | 255 | 114,89 | 2,04 | 5,96 | 14,37 | 7,84 |
| 3. | 279/331 | Тефтели рубленые с томатным соусом | 110 | 139,1 | 7,47 | 8,37 | 8,05 | 25,27 |
| 4. | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 210 | 359,91 | 11,64 | 8,7 | 57,26 | 11,37 |
| 5. | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 126,05 | 0,57 | | 32,21 | 4,59 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 915 | 962,29 | 26,18 | 33,5 | 118,75 | 57,20 |

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 3(Среда)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|--------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 14 | Масло сливочное порц. | 10 | 74,8 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 7,20 |
| 2. | 223 | Запеканка творожная с повидлом | 220 | 493,29 | 31,68 | 23,99 | 37,47 | 70,57 |
| 3. | 377 | Чай с лимоном | 200 | 59,16 | 0,16 | 0,03 | 15,2 | 3,24 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 5. | 338 | Фрукты | 100 | 45 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 8,86 |
| | | Итого | 570 | 767,45 | 35,33 | 32,99 | 81,99 | 93,28 |

Обед

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 47 | Салат из квашеной капусты с раст.маслом | 100 | 81,19 | 1,59 | 4,99 | 7,12 | 13,96 |
| 2. | 103 | Суп картофельный с макарон. изделиями | 250 | 121,95 | 2,82 | 2,79 | 20,91 | 3,37 |
| 3. | 227/330 | Рыба припущенная со сметан. соусом | 100 | 65,76 | 9,29 | 1,78 | 3,29 | 26,63 |
| 4. | 312 | Пюре картофельное | 230 | 253,42 | 4,78 | 12,51 | 30,23 | 15,52 |
| 5. | 348 | Компот из изюма | 200 | 108,83 | 0,36 | | 28,06 | 11,84 |
| | 209 | Яйцо вареное | 40 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 13,20 |
| 6. | | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 94,5 | 3,65 | 0,65 | 17,75 | 3,20 |
| | | Итого | 920 | 788,45 | 27,57 | 27,32 | 107,64 | 87,72 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 4(Четверг)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 3 | Бутерброд с сыром | 50 | 162,8 | 5,76 | 7,95 | 14,62 | 15,12 |
| 2. | 175 | Каша из риса и пшена с маслом | 260 | 320,97 | 7,4 | 14,12 | 40,97 | 17,34 |
| 3. | 376 | Чай с сахаром | 200 | 56,85 | 0,1 | 0,03 | 14,99 | 1,45 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| | | Итого | 550 | 635,82 | 16,3 | 22,42 | 90,02 | 37,32 |

Обед

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 52 | Салат из свеклы отварной | 100 | 89,85 | 1,35 | 6,08 | 7,87 | 4,12 |
| 2. | 88 | Щи из св. капусты с кар.со сметаной | 255 | 98,12 | 1,85 | 5,94 | 8,26 | 6,05 |
| 3. | 269/331 | Биточки рубленые с томатным соусом | 100 | 180,63 | 7,93 | 12,29 | 10,2 | 33,58 |
| 5. | 309 | Макароны отварные | 200 | 260,59 | 7,03 | 6,5 | 42,3 | 7,90 |
| 6. | 348 | Компот из чернослива | 200 | 92,81 | 0,34 | | 23,65 | 13,30 |
| | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 | 2,56 |
| | | Итого | 895 | 797,6 | 21,42 | 31,33 | 106,48 | 67,51 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

/ _____

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 5 (Пятница)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 359,91 | 11,64 | 8,7 | 57,26 | 11,37 |
| 2. | 15 | Сыр порциями | 25 | 90 | 5,75 | 5,95 | | 15,22 |
| 3. | 382 | Какао с молоком | 200 | 143 | 3,79 | 3,2 | 25,81 | 9,83 |
| 4. | 338 | Фрукты | 100 | 40 | 0,8 | 0,3 | 8,1 | 8,86 |
| 5. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| | | Итого | 565 | 728,11 | 25,02 | 18,47 | 110,61 | 48,69 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|-------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 67 | Винегрет овощной | 100 | 124,34 | 1,34 | 10,11 | 6,86 | 5,57 |
| 2. | 96 | Рассольник Ленинградский со смет. | 255 | 134,1 | 2,23 | 6,06 | 16,91 | 7,16 |
| 3. | 290/330 | Птица, тушенная в сметан соусе | 100 | 113,6 | 14,42 | 19,99 | 2,95 | 25,86 |
| 4. | 310 | Картофель отварной | 200 | 222,23 | 4,45 | 7,26 | 34,07 | 10,17 |
| 5. | 342 | Компот из св.яблок | 200 | 108,96 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 5,57 |
| 6. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 | 2,56 |
| | | Итого | 925 | 778,83 | 25,52 | 44,1 | 102,86 | 56,89 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 6(Суббота)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 182 | Каша полбяная молочная с маслом | 260 | 351,13 | 11,47 | 12,62 | 46,01 | 18,16 |
| 2. | 209 | Яйцо вареное | 40 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 13,20 |
| 3. | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 157,27 | 3,35 | 2,7 | 26,54 | 9,00 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 50 | 119 | 3,08 | 0,4 | 24,3 | 4,27 |
| 5. | | Итого | 550 | 690,2 | 22,98 | 20,32 | 97,13 | 44,63 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 45 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 86,07 | 1,48 | 5,08 | 8,98 | 3,57 |
| 2. | 98 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 109,76 | 1,89 | 4,97 | 14,28 | 4,05 |
| 3. | 280/331 | Фрикадельки мясные, тушенные в томатн соусе | 105 | 161,44 | 8,37 | 9,52 | 11,52 | 33,99 |
| 4. | 321 | Макароны отварные | 230 | 307,08 | 8,33 | 7,5 | 50,15 | 9,02 |
| 5. | 348 | Компот из изюма | 200 | 108,83 | 0,36 | | 28,06 | 11,84 |
| 6. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 | 2,56 |
| | | Итого | 925 | 848,78 | 23,35 | 27,59 | 127,19 | 65,03 |

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____ / _____

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 7 (Понедельник)

Завтрак

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|--------|-----------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 3 | Бутерброд с сыром | 50 | 162,8 | 5,76 | 7,95 | 14,83 | 15,12 |
| 2. | 174 | Каша молоч.рисовая с маслом | 210 | 281,28 | 5,89 | 11,16 | 38,83 | 17,81 |
| 3. | 382 | Какао с молоком | 200 | 143 | 3,79 | 3,2 | 25,81 | 9,83 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 20 | 47,6 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 1,71 |
| 5. | 338 | Фрукты | 100 | 45 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 8,86 |
| | | Итого | 580 | 679,68 | 17,36 | 22,87 | 98,99 | 53,33 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 52 | Салат из свеклы отварной | 100 | 89,85 | 1,35 | 6,08 | 7,87 | 4,12 |
| 2. | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 148,29 | 5,13 | 5,33 | 19,5 | 4,17 |
| 3. | 269/331 | Биточки рубленые с томатным соусом | 100 | 180,63 | 7,93 | 12,29 | 10,2 | 33,58 |
| 4. | 321 | Капуста тушеная | 230 | 159,17 | 4,78 | 6,18 | 21,78 | 22,10 |
| 5. | 348 | Компот из кураги | 200 | 124,18 | 1,08 | | 31,33 | 14,31 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 920 | 800,12 | 23,39 | 30,24 | 90,68 | 80,84 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/л

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г._____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 8 (Вторник)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|----------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 330/223 | Запеканка творож.со сметан.соус. | 215 | 409,5 | 28,74 | 21,95 | 23,41 | 62,26 |
| 2. | 376 | Чай с сахаром | 200 | 56,85 | 0,1 | 0,03 | 14,99 | 1,45 |
| 3. | 2 | Бутерброд с повидлом | 55 | 156,7 | 2,38 | 4,39 | 27,11 | 9,36 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 5. | 209 | Яйцо вареное | 40 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 13,20 |
| | | Итого : | 550 | 781,05 | 39,34 | 31,29 | 85,23 | 89,68 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 67 | Винегрет овощной. | 100 | 124,34 | 1,34 | 10,11 | 6,86 | 5,57 |
| 2. | 82 | Борщ с капустой картофелем со смет. | 255 | 114,89 | 2,04 | 5,96 | 14,37 | 7,84 |
| 3. | 294/331 | Котлеты из филе птицы рубленные с томатным соусом | 100 | 110,05 | 9,79 | 10,39 | 10,8 | 24,49 |
| 4. | 304 | Рис отварной | 200 | 266,9 | 4,88 | 8,14 | 47,83 | 15,12 |
| 5. | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 126,05 | 0,57 | | 32,21 | 4,59 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 895 | 840,23 | 21,74 | 34,96 | 112,07 | 60,17 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п  /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения/ _____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.

12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 9 (Среда)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 14 | Масло сл. порциями | 10 | 74,8 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 7,20 |
| 2. | 173 | Каша молоч.пшениная с маслом | 210 | 320,3 | 8,53 | 12,28 | 43,61 | 15,10 |
| 3. | | Чай с фруктовым соком | 200 | 33 | 0,54 | 0,1 | 8,58 | 6,85 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 6. | 338 | Фрукты | 100 | 42 | 0,4 | 0,3 | 9,5 | 8,86 |
| | | Итого | 560 | 565,3 | 12,56 | 21,25 | 81,21 | 41,42 |

Обед

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|--|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 47 | Салат из квашеной капусты с маслом раст. | 150 | 125,08 | 2,4 | 7,49 | 11,52 | 20,94 |
| 2. | 111 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 118,02 | 2,28 | 5,02 | 15,66 | 3,37 |
| 3. | 234/330 | Котлеты рыбные со сметан. соусом | 100 | 118,76 | 7,21 | 5 | 10,92 | 18,70 |
| 4. | 312 | Пюре картофельное | 230 | 253,42 | 4,78 | 12,51 | 30,23 | 15,52 |
| 5. | 348 | Компот из чернослива | 200 | 92,81 | 0,34 | | 23,65 | 13,30 |
| 6. | | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 94,5 | 3,65 | 0,65 | 17,75 | 2,56 |
| | | Итого | 980 | 802,59 | 20,66 | 30,67 | 109,73 | 74,39 |

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения/ _____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 10 (Четверг)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 146,2 | 2,33 | 8,49 | 14,66 | 9,76 |
| 2. | 204 | Макароны отварные с сыром | 205 | 286,32 | 10,95 | 9,41 | 38,33 | 22,39 |
| 3. | 382 | Какао с молоком | 200 | 143 | 3,79 | 3,2 | 25,81 | 9,83 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 5. | 209 | Яйцо вареное | 40 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 13,20 |
| 6. | 338 | Фрукты | 100 | 45 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 8,86 |
| | | Итого | 625 | 778,52 | 25,59 | 26,42 | 108,32 | 67,45 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|--|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 43 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 86,07 | 1,48 | 5,08 | 8,98 | 3,57 |
| 2. | 106 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 109,76 | 1,89 | 4,97 | 14,28 | 4,05 |
| 3. | 280/331 | Фрикадельки из говяд., тушеные в томат.соусе | 100 | 161,44 | 8,37 | 9,52 | 11,52 | 31,63 |
| 4. | 303 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 230,22 | 5,47 | 8,39 | 32,65 | 7,22 |
| 5. | 348 | Компот из изюма | 200 | 108,83 | 0,36 | | 28,06 | 11,84 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 890 | 794,32 | 20,69 | 28,32 | 95,49 | 60,87 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 11 (Пятница)

Завтрак

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|---------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 182 | Каша полбяная молочная с маслом | 260 | 351,13 | 11,47 | 12,62 | 46,01 | 18,16 |
| 2. | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 146,3 | 3,12 | 2,51 | 24,69 | 9,00 |
| 3. | | Хлеб пшеничный | 40 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 3,41 |
| 4. | 338 | Фрукты | 100 | 40 | 0,8 | 0,3 | 8,1 | 8,86 |
| 5. | | Итого | 600 | 632,63 | 18,43 | 15,75 | 98,24 | 39,43 |

Обед

| № п/п | № по СР | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 52 | Салат из свеклы отварной | 100 | 89,85 | 1,35 | 6,08 | 7,87 | 4,12 |
| 2. | 103 | Суп картофельный с макаронными изд. | 250 | 121,95 | 2,82 | 2,79 | 20,91 | 3,37 |
| 3. | 290/330 | Птица, тушенная в сметанном соусе | 100 | 113,6 | 14,42 | 19,99 | 2,95 | 25,86 |
| 4. | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 359,91 | 11,64 | 8,7 | 57,26 | 11,37 |
| 5. | 342 | Компот из св.яблок | 200 | 108,96 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 5,57 |
| 6. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 | 2,56 |
| | | Итого | 890 | 869,87 | 33,31 | 38,24 | 131,06 | 52,85 |

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 12 (Суббота)

Завтрак

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|--------|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 185 | Запеканка рисовая со сгущ.молоком | 200 | 284,54 | 5,54 | 7,6 | 48,71 | 13,75 |
| 2. | 873 | Каша ячневая молочная с маслом | 250 | 328,16 | 9,08 | 12,06 | 45,16 | 15,84 |
| 3. | 377 | Чай с лимоном | 200 | 59,16 | 0,16 | 0,03 | 15,2 | 3,24 |
| 4. | | Хлеб пшеничный | 20 | 47,6 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 1,71 |
| 5. | 209 | Яйцо вареное | 40 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 13,20 |
| | | Итого | 710 | 782,26 | 21,38 | 24,45 | 119,07 | 47,74 |

Обед

| № п/п | № по С | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена,руб |
|-------|---------|------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1. | 47 | Салат из квашеной капусты. | 150 | 125,08 | 2,4 | 7,49 | 11,52 | 20,94 |
| 2. | 98 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 109,76 | 1,89 | 4,97 | 14,28 | 4,05 |
| 3. | 268/331 | Шницель рубленый с томатным соусом | 100 | 136,61 | 8,26 | 7,15 | 10,76 | 34,59 |
| 4. | 312 | Пюре картофельное | 230 | 253,42 | 4,78 | 12,51 | 30,23 | 15,52 |
| 5. | 348 | Компот из чернослива | 200 | 92,81 | 0,34 | | 23,65 | 13,30 |
| 6. | | Хлеб дарницкий | 40 | 98 | 3,12 | 0,36 | | 2,56 |
| | | Итого | 920 | 815,68 | 20,79 | 32,48 | 90,44 | 90,96 |

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В