

Согласовано:

Директор МБОУ "Аликовская СОШ"
название учреждения



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 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		24,45
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	320,3	8,74	12,49	43,87	23,12
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,3	2,73	24,96	11,53
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	555	649,2	19,71	21,75	88,35	76,81

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из б/к капусты.	100	86,07	1,48	5,08	8,98	4,45
2.	102	Суп картоф. с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	6,15
3.	269/331	Котлеты рублен. с томат. соусом	100(50/50)	172,94	8,36	10,48	11,92	58,06
4.	309	Макароны отварные	200	267,03	7,26	6,52	43,61	11,78
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,99
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Итого	910,00	888,53	40,49	30,17	123,31	95,73

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
 Директор Аликова С.С.
 название учреждения
 _____ / Аликова С.С.
 Ф.И.О.
 Дата: 07.01.25 г.

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



10 дневное меню на 2024-2025 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(250/10)	327,2	9,64	14,8	39,92	25,71
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	26,08	12,60
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	12,26
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.		Итого	555	722,1	18,85	22,71	112,55	54,62

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	54	Салат из свеклы с яблоками	100	4,16	0,12	0,2	0,46	8,91
2.	82	Борщ с капустой картоф. со сметаной	255(250/5)	114,89	2,04	5,96	14,37	9,78
3.	279/331	Тефтели рубленые с томатным соусом	110(50/60)	139,1	7,47	8,37	8,05	40,43
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	210(200/10)	377,91	12,15	9,13	60,12	13,07
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,96
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	915	860,11	25,07	24,18	131,49	80,43

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Иванова О.Н.
 название учреждения
 Ф.И.О.
 Дата: _____ г.



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 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	0,08	8,25	0,08	12,03
2.	223	Запеканка творожная со сгущ.молоком	220(200/20)	539,48	32,67	24,62	46,51	90,57
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	59,16	0,16	0,03	15,2	3,15
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	570	813,64	36,35	33,62	91,03	125,48

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	100	83,39	1,6	4,99	7,68	9,28
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91	4,77
3.	227/330	Рыба припущен. со сметан. соусом	100(50/50)	65,76	9,29	1,78	3,29	32,24
4.	312	Пюре картофельное	230	234,16	4,65	11,09	28,95	25,27
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	12,00
	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	4,10
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Итого	980,00	858,09	41,52	27,91	119,89	107,78

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Аликовская ООШ

название учреждения



Дата: 24.08.25 г.

Ф.И.О.

Утверждаю:

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 4(Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,77	7,95	14,62	23,46
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	260(250/10)	301,32	7,59	12,45	40,84	26,16
3.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	1,52
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	550	616,17	16,5	20,75	89,89	55,19

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	4,88
2.	88	Щи из св. капусты с кар.со сметаной	255(250/5)	98,12	1,85	5,94	8,26	8,50
3.	269/331	Биточки рублен. с томат.соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	58,06
5.	309	Макаронны отварные	200	260,59	7,03	6,5	42,3	11,78
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,90
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	915	921,29	39,75	32,63	126,61	106,42

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Аликовская О.И.

название учреждения

Дата: 10.08.2024 г.



Утверждаю:

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 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	Углевод ы	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	341,97	11,52	7,05	56,64	13,07
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,95		24,45
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
4.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
5.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	565	715,17	24,68	17,14	111,96	69,85

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	59	Салат из моркови с яблоками	100	2,55	0,09	0,02	0,54	7,60
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255(250/5)	134,1	2,23	6,06	16,91	9,61
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	22,87
4.	310	Картофель отварной	230	228,23	4,3	8,76	32,6	16,75
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,49
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	945	768,64	38,92	37,65	111,59	73,62

Старший повар _____

Бухгалтер о/п Л.В. Виноградова /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Алимова О.Н.
 название учреждения
 Ф.И.О.
 Дата: 27.01.2025 г.



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 6 (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	5,77	7,95	14,62	23,46
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	210(200/10)	281,28	6,1	11,38	39,1	26,22
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	580	679,68	17,76	23,31	99,32	79,99

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	72,19	1,26	0,13	22,28	10,20
2.	102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	6,15
3.	269/331	Биточки рублен. с томатным соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	58,06
4.	321	Капуста тушен.	230	159,17	4,8	6,18	21,78	32,30
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	14,48
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	940	883,75	41,45	25,75	139,42	129,49

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Александров
название учреждения
Ф.И.О.
Дата: 15.09.2023 г.



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 7 (Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	330/223	Запеканка творож.со сметан.соус.	215(180/35)	409,5	28,76	21,95	23,41	78,42
2.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	1,52
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,4	4,39	27,11	12,26
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
		Итого :	510	781,05	39,38	31,29	85,23	111,35

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	67	Винегрет овощной.	100	124,34	1,34	10,11	6,86	5,49
2.	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	114,89	2,04	5,96	14,37	9,78
3.	294/331	Котлеты из филе птицы рублен. с томат. соусом	100(50/50)	110,05	9,81	10,41	10,8	35,23
4.	304	Рис отварной	200	266,9	4,91	8,14	47,83	19,86
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,96
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	915	923,43	36,39	37,28	142,79	83,62

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Согласовано:

Директор Алишбаева С.М.
 название учреждения
 Ф.И.О.
 Дата: 2024.05.15



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 8 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
			25	90	5,75	5,97	0,08	24,45
1.	14	Сыр порциями						
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	320,3	8,74	12,49	43,87	23,12
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,99
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	575	583,5	18,47	19,28	81,77	74,29

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	100	125,08	2,4	7,49	11,52	9,28
2.	111	Суп с макар изделиями	250	118,02	2,28	5,02	15,66	4,77
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соусом	100(50/50)	118,76	7,23	5,02	10,95	23,36
4.	312	Пюре картофельное	230	253,42	4,88	12,59	30,29	25,27
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,90
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	940	889,29	34,85	32,78	122,79	85,88

Старший повар _____

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Согласовано:

Директор Асетовская ОШШ

название учреждения

Асетовская ОШШ

Дата: 27.08.2024

Ф.И.О.

г.



Утверждаю:

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 9 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,36	8,49	14,66	15,07
2.	204	Макароны отварные с сыром	205(200/5)	286,32	10,97	9,41	38,33	35,19
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	625	778,52	25,82	26,64	108,59	97,69

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	4,88
2.	106	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	5,51
3.	280/331	Фрикадельки из говяд., тушен. в томат.соусе	100(50/50)	153,75	7,99	9,09	10,99	54,47
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	230,22	5,5	8,39	32,65	10,66
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	12,00
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	910	873,61	34,81	31,19	124,57	95,82

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор

Иванова О.Н.
название учреждения

Дата: 27.09.2024 г.



Утверждаю:

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 10 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод б	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,73	12,89	46,35	26,51
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,3	2,73	24,96	11,53
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
4.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
5.		Итого	600	637,63	18,47	16,34	100,55	57,77

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	72,19	1,26	0,13	22,28	10,20
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91	4,77
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	22,87
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,66	8,7	57,26	13,07
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,49
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	890	874,61	33,04	32,29	147,55	62,68

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п *Л.В. Виноградова* /Виноградова Л.В