

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____
название учреждения
_____ Волков В.К.
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 1 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		15,22
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155	218,12	6,33	7,15	31,86	9,11
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	500	542,02	17,52	16,09	74,37	43,90

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	43	Салат из белокочанной капусты.	60	51,64	0,89	3,05	5,39	2,20
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	3,43
3.	269/331	Котлеты рубленые с томат. соусом	100	172,94	8,34	10,46	11,9	30,34
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	7,31
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	800	736,7	24,17	24,48	84,66	52,69

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____
название учреждения
Волков В.К.
Ф.И.О.
Дата: 15.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 2(Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	173	Каша молочная из овсяных хлопьев с м	210	280,9	7,63	13,34	32,51	14,17
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	8,94
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,41
5.		Итого	505	675,8	16,84	21,25	104,9	36,35

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	67	Винегрет овощной.	60	74,6	0,8	6,06	4,11	3,43
2.	82	Борщ с капустой картоф. со сметаной	205	90,04	1,57	4,87	10,71	6,78
3.	279/331	Тефтели рубленые с томат. соусом	110	139,1	7,47	8,37	8,05	24,22
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	266,46	8,67	6,31	42,64	8,09
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	6,27
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	770	794,25	22,2	25,97	97,72	51,35

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____
название учреждения
Волков В.К.
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 3(Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	6,36
2.	223	Запеканка творожная с молоком сгущ	150	367,83	22,26	16,79	31,71	49,26
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	500	641,99	25,91	25,79	76,23	71,13

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	47	Салат из кваш. капусты с раст.маслом	60	50,03	0,96	3	4,61	8,36
2.	103	Суп картофельный с макарон.изд.	200	97,56	2,25	2,23	16,73	2,85
3.	227/330	Рыба припущ. со сметан. соусом	100	65,76	9,29	1,78	3,29	22,34
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	12,84
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	5,12
6.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	12,20
7.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	840	703,35	25,21	22,85	79,25	66,27

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

название учреждения

 Волков В.К.

Дата: 13.11.23 г. Ф.И.О.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 4 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	14,70
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	210	259,24	5,97	11,4	33,09	14,28
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
5.		Итого	500	574,09	14,87	19,7	82,14	33,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	2,63
2.	88	Щи из св. капусты с карт.со смет.	205	79,76	1,5	4,94	6,49	5,13
3.	269/331	Биточки рубл. с томат. соусом	100	180,63	7,93	12,29	10,2	30,34
5.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	7,31
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	10,12
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	2,56
		Итого	805	745,2	20,67	27,64	102,5	58,09

Старший повар 

Бухгалтер о/п  /Виноградова Л.В



Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

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

название учреждения
_____ , Волков В.К.
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 5(Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	266,46	8,67	6,31	42,64	8,09
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		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	520	634,66	22,05	16,1	95,99	45,41

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	67	Винегрет овощной	60	74,6	0,8	6,06	4,11	3,43
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	205	109,28	1,81	5,03	13,57	6,03
3.	290/330	Птица, тушенная в сметан. соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	30,65
4.	310	Картофель отварной	200	193,25	3,87	6,31	29,63	9,58
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	805	675,29	23,98	38,07	92,33	57,82

Старший повар _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

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

название учреждения
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

Аликовский район
Общепит Аликовского райпо

12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 6(Суббота)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	15,14
2.	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	12,20
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	9,00
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	4,27
		Итого	500	623,85	21,19	19,24	86,1	40,61

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	45	Салат из белокочанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	2,20
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	3,41
3.	280/331	Фрикадельки мясн. с томат. соусом.	105	161,44	8,37	9,52	11,52	30,74
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	7,31
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	5,12
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	2,56
		Итого	805	747,8	21,22	23,31	113,8	51,34

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

название учреждения
_____ Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 7(Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	14,70
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	155	191,33	4,41	6,31	28,85	10,69
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	525	589,73	15,88	18,02	88,8	45,79

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	2,63
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	3,43
3.	269/331	Биточки рубленые с томат. соусом	100	180,63	7,93	12,29	10,2	30,34
4.	321	Капуста тушеная	200	138,41	4,15	5,37	18,91	19,07
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	13,16
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	800	713,76	21,2	25,94	80,76	71,19

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

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

название учреждения
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 8(Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	330/223	Запеканка творожная со сметан.соус.	155	304,22	21,41	16,32	17,31	44,17
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	8,94
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	4,27
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	12,20
		Итого :	500	699,57	32,77	25,74	83,99	71,03

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	67	Винегрет овощной.	60	74,6	0,8	6,06	4,11	3,43
2.	82	Борщ с капустой, карт. со сметаной	205	90,04	1,57	4,87	10,71	6,78
3.	294/331	Котлеты из птицы рублен.с томат. соу	100	110,05	9,79	10,39	10,8	24,62
4.	304	Рис отварной	200	259,42	4,88	7,31	47,82	13,66
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	6,27
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	805	758,16	20,73	28,99	105,7	57,32

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

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

название учреждения
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День9 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	14	Масло сл. порциями	10	74,8	0,05	8,25	0,08	6,36
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155	218,12	6,33	7,15	31,86	9,11
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
5.	338	Фрукты	100	42	0,4	0,3	9,5	8,86
		Итого	505	463,12	10,36	16,12	69,46	34,59

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	47	Салат из кваш. капусты с маслом раст	100	83,39	1,6	4,99	7,68	13,94
2.	111	Суп с макаронными изделиями	200	94,41	1,83	4,1	12,53	2,85
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соусом	100	118,76	7,21	5	10,92	16,23
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	12,84
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	10,12
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	2,56
		Итого	840	685,34	18,05	25,49	95,26	58,54

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

название учреждения
Волков В.К.
ф.и.о.
Дата: 13.11.23 г.

Дата: 13.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 10 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	8,92
2.	204	Макароны отварные с сыром	155	233,83	9,7	9,22	27,69	19,25
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	62,84	5,08	4,6	0,28	12,20
	338	Яблоки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	8,86
		Итого	575	726,07	24,34	26,23	97,68	62,47

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	43	Салат из белокочанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	2,20
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	3,41
3.	280/331	Фрикадельки мясные в томатном соусе	100	161,44	8,37	9,52	11,52	28,66
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	213,71	5,65	6,08	33,51	6,21
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	5,12
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	800	721,42	19,9	22,99	89,9	48,16

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор _____

название учреждения
_____, Волков В.К.
ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.

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



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 11 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	15,14
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
		Итого	550	577,21	16,15	14,86	89,06	36,41

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	2,63
2.	103	Суп картофельный с макаронными из	200	97,56	2,25	2,23	16,73	2,85
3.	290/330	Птица тушеная в сметанном соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	30,65
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	343,82	11,18	8,14	55,02	10,78
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	800	793,45	31,74	34,69	121,5	55,04

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:
МБОУ "Аликовская СОШ"
Директор

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

название учреждения
Волков В.К.
Ф.И.О.
Дата: 13.11.23 г.



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 12 (Суббота)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	185	Запеканка рисовая со сгущ.молоком	150	222,76	4,34	6,89	36,12	11,46
2.	377	Чай с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	15,2	3,24
3.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	1,71
4.	440	Булочка творожная	100	329,89	11,58	8,21	52,06	17,85
5.	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	12,20
		Итого	510	722,25	22,68	19,89	113,4	46,46

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев.	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	60	50,03	0,96	3	4,61	8,36
2.	98	Суп крестьянский с крупой	200	87,8	1,51	3,98	11,42	3,41
3.	268/331	Шницель рублен.с томатн. соусом	100	136,61	8,26	7,15	10,76	29,40
4.	312	Пюре картофельное	200	220,78	4,15	10,87	26,41	12,84
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	10,12
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		Итого	800	686,03	18,34	25,36	76,85	66,69

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В