

Согласовано:

Утверждаю:

Директор И.Б.О.У. Иванова О.Н.

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

Дата: _____ г.



Дата: 19.08.25 г.

Ф.И.О.

10 дневное меню на 2024-2025 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	Углевод	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		24,45
2.	182	Каша молоч.пшениная с маслом	155(150/5)	218,12	6,48	7,31	32,06	14,34
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	15,68
		Итого	500	547,02	17,45	16,57	75,74	68,03

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	45	Салат из б/к капусты.	60	51,64	0,89	3,05	5,39	2,67
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	4,90
3.	269/331	Котлеты рублен.с томат. соусом	100(50/50)	172,94	8,36	10,48	11,92	58,06
4.	309	Макаронотварные	200	262,49	7,19	6,24	43,19	11,78
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,99
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,28
		Итого	800	736,7	24,21	24,5	104,44	87,68

Старший повар _____ / _____

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

Согласовано:

Утверждаю:

Директор ШБОУ "Аликовское СШ"
название учреждения
И.В. Виноградова
Ф.И.О.

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 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	Углевод	
1.	173	Каша молоч.из овсяных хлоп. с	210(200/10)	280,9	7,84	13,56	32,78	22,97
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
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.		Итого	505	675,8	17,25	21,69	105,41	51,88

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	54	Салат из свеклы с яблоками	60	2,49	0,08	0,12	0,27	5,35
2.	82	Борщ с капуст. картоф. со сметан	205(200/5)	90,04	1,57	4,87	10,71	8,07
3.	279/331	Тефтели рублен. с томат соусом	110(60/50)	139,1	7,47	8,37	8,05	40,43
4.	302	Каша гречневая рассыпч. с маслом	155(150/5)	266,46	8,68	6,31	42,64	9,81
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	2,72	0,52	16,28	4,96
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,28
		Итого	770	722,14	23,64	20,55	97,71	71,90

Старший повар _____

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

Согласовано:

Директор ИПБОУ "Общепит Аликовского района"
название учреждения
И. Востов СК
Ф.И.О.
Дата: 20.11.2024 г.



Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 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	Углевод	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,08	8,25	0,08	12,03
2.	223	Запеканка творож. с молоком сгу	150(130/20)	367,83	22,27	16,79	31,71	61,14
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	500	641,99	25,95	25,79	76,23	96,05

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	60	50,03	0,96	3	4,61	5,57
2.	103	Суп картофельный с макарон.изд	200	97,56	2,25	2,23	16,73	3,89
3.	227/330	Рыба припуш. со сметан. соусом	100(50/50)	65,76	9,29	1,78	3,29	32,24
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,24	10,94	26,34	21,88
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	12,00
6.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
7.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	860	786,55	39,9	25,21	110,03	98,98

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор Иванова С.В.
 название учреждения
 ф.и.о.
 Дата: 17.01.2024 г.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
 Иванова С.В. Дата: _____



10 дневное меню на 2024-2025 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	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	210(200/10)	259,24	6,18	11,62	33,36	23,32
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
5.		Итого	500	574,09	15,09	19,92	82,41	52,35

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	2,93
2.	88	Щи из св, капусты с карт.со смет	205(200/5)	79,76	1,5	4,94	6,49	7,06
3.	269/331	Биточки рублен с томат. соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	58,06
5.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,19	6,24	43,19	11,78
6.	348	Компот из чернослива	200	92,31	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	825	868,39	39,02	28,94	122,58	103,03

Старший повар _____

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Согласовано:

Директор Аликовская ООП
название учреждения



Ф.И.О.

Дата: 17.07.24 г.

Утверждаю:

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



10 дневное меню на 2024-2025 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	Углевод	
1.	302	Каша гречневая рассыпч. с маслом	155(150/5)	266,46	8,68	6,31	42,64	9,81
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		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	520	639,66	21,84	16,42	97,96	66,59

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	59	Салат из моркови с яблоками	60	1,28	0,05	0,01	0,32	4,56
2.	96	Рассольник Ленингр. со сметано	205(200/5)	109,28	1,81	5,03	13,75	8,10
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	200	193,25	3,89	6,31	29,63	16,75
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	805	624,37	23,05	32,02	90,8	64,05

Старший повар _____

Бухгалтер о/п _____

/Виноградова Л.В

Согласовано:
Директор Аликовская О.И.

название учреждения

ОУ "Общепит Аликовского района"
Ф.И.О. Иванова О.Н.

Дата: 28.07.2024 г.

Утверждаю:

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

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 6 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,77	7,95	14,62	23,46
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	155(150/5)	191,33	4,55	6,47	29,05	16,66
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	525	589,73	16,21	18,4	89,27	70,43

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	60	49,31	0,75	0,8	13,36	6,12
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	4,90
3.	269/331	Биточки рублен. с томат. соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	58,06
4.	321	Капуста тушеная	200	138,41	4,17	5,37	18,94	28,09
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	820	810,45	39,29	24,55	123,76	119,95

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
 Директор Аликовская О.Н.
 название учреждения
Иванова О.Н.
 Ф.И.О.
 Дата: 10.05.24 г.



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



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 7 (Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	330/223	Запеканка творож. со сметан.соу	155(130/25)	295,22	20,73	15,83	16,88	56,24
2.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	1,52
3.		2Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,4	4,39	27,11	12,26
4.		Хлеб пшеничный	50	95,2	3,04	0,32	19,44	5,07
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
		Итого :	500	666,77	31,35	25,17	78,7	90,19

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	67	Винегрет овощной.	60	74,6	0,8	6,06	4,11	3,28
2.	82	Борщ с капустой, карт. со сметан	205(200/5)	90,04	1,57	4,87	10,71	8,07
3.	294/331	Котлеты из птицы рублен.с тома	100(50/50)	110,05	9,81	10,41	10,83	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	825	848,84	35,38	32,14	136,41	79,70

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:
 Директор Аликуваева С.М.
 название учреждения

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

М.И. Виноградова
 Ф.И.О.

Дата: 17.09.25 г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 8 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	14	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,08	24,45
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155(150/5)	218,12	6,48	7,31	32,06	14,34
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
5.	338	Фрукты	100	42	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	520	478,32	16,21	14,1	69,96	65,51

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	60	83,39	1,6	4,99	7,6	5,57
2.	111	Суп с макарон. изд.	200	94,41	1,83	4,01	12,53	3,89
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соус	100(50/50)	118,76	7,23	5,02	10,95	23,36
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,24	10,94	26,34	21,88
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	820	790,94	32,96	27,62	111,79	77,90

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Виноградова Л.В.

Согласовано:
 Директор Аликовская ООУ
 название учреждения

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

Дата: 12.01.2024 г. Ф.И.О. Иванова О.Н.




10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 9 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				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	155(150/5)	233,83	9,18	9,22	27,69	31,35
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	62,84	5,08	4,6	0,28	15,10
	338	Яблоки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	575	726,07	24,03	26,45	97,95	93,85

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	2,93
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	4,69
3.	280/331	Фрикадельки мясные в томат. со	100(50/50)	153,75	7,99	9,09	10,99	54,47
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	213,71	5,65	6,08	33,51	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	820	799,2	34,04	25,46	119,42	93,05

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Согласовано:
 Директор Иванова О.Н.
 название учреждения
Иванов О.Н.
 Ф.И.О.
 Дата: 10.05.2024 г.

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



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 10 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210(200/10)	295,71	9,4	11,95	37,09	23,61
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
		Итого	550	582,21	16,14	15,4	91,29	54,87

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	60	49,31	0,75	0,8	13,36	6,12
2.	103	Суп картофельный с макарон. из	200	97,56	2,25	2,23	16,73	3,89
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 рассыпч.с маслом	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
		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	800	910,54	46,96	34,54	148,89	62,74

820

Старший повар _____

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.