

Согласовано:



Директор: М.С. Ч. Боньковская СДШ  
Ли. Ф. Сидорова  
Иванов Н.И.  
(ФИО директора)  
Дата: 26.09.2022 г.

Утверждаю:



Генеральный директор ООО  
«Общепит. Аликovsky райпо»  
Иванова О.Н.  
Дата: 26.09.2022 г.

**12 дневное меню**  
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .  
Осенне- зимний сезон.

**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         | 71,66            | 4,64         | 5,9          | 0            | <b>14-82</b> |
| 2.    | 173     | Каша молоч.пшениная с маслом | 150/5      | 222,8            | 6,17         | 7,9          | 4,85         | <b>10-80</b> |
| 3.    | 379     | Кофейный напиток с молоком   | 200        | 155,2            | 3,6          | 2,67         | 29,2         | <b>12-23</b> |
| 4.    |         | Хлеб пшеничный               | 20         | 63               | 1,41         | 0,3          | 0,3          | <b>1-47</b>  |
| 5.    | 338     | Мандарины св.порциями        | 100        | 46,6             | 1,06         | 0,18         | 10,18        | <b>15-65</b> |
|       |         | <b>Итого</b>                 | <b>455</b> | <b>559,26</b>    | <b>16,88</b> | <b>16,95</b> | <b>44,53</b> | <b>54-97</b> |

**Обед**

| № п/п | № по СР | Наименование блюда         | Выход (гр)  | Пищевая ценность |              |              |              | Цена,руб     |
|-------|---------|----------------------------|-------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       |         |                            |             | Ккал             | Белки        | Жиры         | Углевод      |              |
| 1.    | 71      | Огурцы свежие порциями     | 60          | 12               | 0,48         | 0,12         | 3,12         | <b>3-21</b>  |
| 2.    | 102     | Суп картофельный с горохом | 200         | 118              | 4,71         | 3,73         | 15,96        | <b>2-58</b>  |
| 3.    | 269     | Котлеты рубленые с соусом  | 100(50/50)  | 165              | 9,08         | 15,2         | 9,2          | <b>27-54</b> |
| 4.    | 309     | Макароны отварные          | 150         | 211              | 5,32         | 4,89         | 35,52        | <b>5-22</b>  |
| 5.    |         | Чай с фруктовым соком      | 200(50/150) | 95               | 0,34         | 0,02         | 24,53        | <b>5-57</b>  |
| 6.    |         | Хлеб белый                 | 60          | 126              | 2,82         | 0,6          | 0,6          | <b>4-41</b>  |
|       |         | <b>Итого</b>               | <b>770</b>  | <b>727</b>       | <b>22,75</b> | <b>24,56</b> | <b>88,93</b> | <b>48-53</b> |

Старший повар Чертова С.В.  
Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.