

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

«Общепит Аликковского райпо»

Иванова О.Н.

28.09.2022 г.

Дата

28.09.2022 г.

### 12 дневное меню

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

Осенне- зимний сезон.

### День 3( Среда)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевс	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	5-56
2.	223	Запеканка творожная с повидлом	130/20	405	21,92	16,59	42	38-46
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	41,6	0,53	0	9,87	2-25
4.		Хлеб пшеничный	40	1,41	0,3	0,3	63	2-94
5.	338	Яблоки св.порциями	100(50/50)	33,3	0,3	0,3	7,55	7-87
		<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>513,73</b>	<b>22,85</b>	<b>24,09</b>	<b>115</b>	<b>57-08</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевс	
1.	47	Салат из квашеной капусты с раст.мас	60	8	0,48	0,06	0,96	5-25
2.	103	Суп картофельный с макарон.издели	200	117	2,26	4,3	16,68	2-48
3.	227	Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	139	13,81	5,76	2,73	17-46
4.	312	Пюре картофельное	150	155	3,22	5,56	22	7-30
5.	348	Компот из изюма	200	122	0,02	0,07	29	4-37
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4-41
		<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>667</b>	<b>22,61</b>	<b>16,35</b>	<b>71,97</b>	<b>41-27</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_

/Иванова О.Н.  
/Виноградова Л.В