



Согласовано:
 Директор И.С. Иванова
 (ФИО директора)
 Дата: 19.10.2022 г.

Утверждаю: И.С. Иванова генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
 Иванова О.Н. 19.10.2022 г.



12 дневное меню
Возрастная категория: с 12 лет и старше
Осенне- зимний сезон.

День 9 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сл. порциями	10	65,72	0,1	7,2	0,13	5,59
2.	173	Каша молоч.пшеничная с маслом	200/10	285	7,51	11,72	37,05	13,85
3.		Чай с фруктовым соком	200(50/150)	95	0,34	0,02	24,53	5,69
4.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	2,94
6.	338	Груша св. порциями	100	34,13	0,3	0,23	7,73	12,71
		Итого	560	542,85	9,66	19,47	69,74	40,77

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты с маслом	100	13,3	0,8	0,1	1,6	8,28
2.	88	Щи из свежей капусты с картофелем со	250/5	98,7	1,83	5,93	7,78	4,91
3.	234	Котлеты рыбные с соусом	100(50/50)	155	9,04	8,22	10,71	13,57
4.	312	Пюре картофельное	200	206	4,2	7,4	29,3	10,12
5.	348	Компот из чернослива	200	109	0,16	0,16	27,87	6,24
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		Итого	915	708	18,85	22,41	77,86	47,52

Старший повар И.С. Иванова
 Бухгалтер о/п И.С. Иванова /Виноградова Л.В