



Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Генеральный директор ООО "Общепит Аликковского райпо" 01.11.2022 г.  
Иранова О.Н.  
Дата: \_\_\_\_\_ г.

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

**День 8(Вторник)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	71	помидоры св.порциями	30	6,6	0,33	0,06	1,05	2,53
2.	279	Тефтели рубленые с соусом	90(60/30)	197	8,56	14,11	9,07	22,88
3.	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	271	8,76	6,62	43,08	7,51
4.	348	Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	4,15
5.		Хлеб пшеничный	20	42	0,94	0,2	0,2	1,47
		<b>Итого</b>	<b>490</b>	<b>625,6</b>	<b>18,75</b>	<b>21,15</b>	<b>81,27</b>	<b>38,53</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	5,30
2.	82	Борщ с капустой, карт. со сметаной	200/5	89	1,47	4,67	7,31	4,78
3.	294	Котлеты из птицы рублен.с соусом	100(50/50)	157	10,88	7,6	1,86	15,11
4.	304	Рис отварной	150	228	3,81	6,11	38,61	8,41
5.	349	Компот из сухофруктов	200	60	0,07	0,02	15	4,81
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>672</b>	<b>19,53</b>	<b>19,12</b>	<b>66,5</b>	<b>42,82</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

*Чертова С.В.*

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_

*Виноградова Л.В.*