



Согласовано:  
 Директор И. И. Иванов  
 (ФИО директора)

Дата: 28.10.2022 г.



Утверждаю:  
 директор ООО "Общество Аликковского райпо"  
 Иванова О.Н.

Дата: 28.10.2022 г.

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

**День 5 (Пятница)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	14	масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	5,59
2.	183	Каша молоч. гречневая с маслом	200/10	205,2	6,1	6,9	29,6	17,46
3.	378	Чай с молоком	200(50/150)	81	1,52	1,35	15,9	4,48
4.	338	мандарины св. порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	22,05
5.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	2,94
		<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>461,52</b>	<b>10,19</b>	<b>15,93</b>	<b>56,11</b>	<b>52,53</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	67	Винегрет овощной	100	16,5	2,9	10,3	15,4	3,69
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	140	2,33	6,3	17,3	6,33
3.	280	Фрикадельки мясные в соусе	105(55/50)	140	8,83	8,63	7,54	34,53
4.	310	Картофель отварной	200	212	4,04	6,57	32,6	6,59
5.	342	Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	4,15
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		<b>Итого</b>	<b>920</b>	<b>743,5</b>	<b>21,08</b>	<b>32,56</b>	<b>101,31</b>	<b>59,69</b>

Старший повар И.И. Чертова И.И.

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.