

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор Иванова О.Н.  
 (ФИО директора)  
 Дата: 23.11.2022

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Генеральный директор ООО "Общепит"  
 Аликовского района  
 Иванова О.Н.  
 Дата: 23.11.2022

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	Углево.	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	5,59
2.	223	Запеканка творожная с повидлом	130/20	405	21,92	16,59	42	46,39
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	41,6	0,53		9,87	2,14
4.		Хлеб пшеничный	40	1,41	0,3	0,3	63	2,94
5.	338	Яблоки св.порциями	100	33,3	0,3	0,3	7,55	6,30
		<b>Итого</b>	<b>486</b>	<b>513,73</b>	<b>22,85</b>	<b>24,09</b>	<b>115</b>	<b>63,36</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углево.	
1.	47	Салат из квашеной капусты с раст.мас.	60	8	0,48	0,06	0,96	5,04
2.	103	Суп картофельный с макарон.изд.	200	117	2,26	4,3	16,68	2,43
3.	227	Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	139	13,81	5,76	2,73	19,19
4.	312	Пюре картофельное	150	155	3,22	5,56	22	7,62
5.	348	Компот из изюма	200	122	0,02	0,07	29	3,94
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,78	4,41
		<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>632,96</b>	<b>22,03</b>	<b>16,19</b>	<b>91,15</b>	<b>42,64</b>

Старший повар Чертова А.В.

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.