



Согласовано:

Директор

*Т. М. Мухоморова*

название учреждения

*Территориальный центр занятости населения Аликовского района*

Ф.И.О.

Дата:

г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского района"



*Иванова О.Н.*

/ Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.

**12 дневное меню**

**Возрастная категория: с 12 лет и старше**

**Осенне- зимний сезон.**

День 3(Среда)

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	6,39
2.	223	Запеканка творожная с повидлом	200/20	540	29,2	22,12	56	80,32
3.	377	Чай с лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	2,12
4.		Хлеб пшеничный	40	1,41	0,3	0,3	63	3,15
5.	338	Яблоки св.порциями	100	33,3	0,3	0,3	7,35	8,16
		<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>648,73</b>	<b>30,13</b>	<b>29,62</b>	<b>129</b>	<b>100,13</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты с	100	13,3	0,8	0,1	1,6	8,27
2.	103	Суп картофельный с макарон.	250	146,2	2,8	5,3	20,8	3,55
3.	227	Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	139	13,81	5,76	2,73	22,06
4.	312	Пюре картофельное	200	206	4,2	7,4	29,3	11,71
5.	348	Компот из изюма	200	122	0,02	0,07	29	4,44
6.		Хлеб дарницкий	40	91,96	2,24	0,44	19,78	2,36
		<b>Итого</b>	<b>910</b>	<b>718,46</b>	<b>23,87</b>	<b>19,07</b>	<b>103,21</b>	<b>52,38</b>

Старший повар

*Л. В. Мухоморова*

Бухгалтер о/п

*Л. В. Виноградова* /Виноградова Л.В