

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



**10 дневное меню**  
Возрастная категория: с 1,5– 3 лет .

**День 1( Понедельник)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	199	Каша пшенная жидкая с маслом	155(150/5)	5,59	7,04	28,29	196,58	<b>4,39</b>
2.	3	Бутерброд с сыром	45(30/5/10)	4,62	6,76	14,62	144,8	<b>11,59</b>
3.	411	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	26,53	<b>0,66</b>
		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>10,25</b>	<b>13,81</b>	<b>49,9</b>	<b>367,91</b>	<b>16,64</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	21	Салат из белокочанной капусты	40	0,59	2,03	3,59	34,43	<b>1,50</b>
2.	117	Бульон куриный с гренками	200(180/20)	8,05	5,79	1,59	76,39	<b>15,02</b>
3.	258/372	Рыба, припущенная с овощами, со сметанным соусом	75 (30/30/15)	5,07	0,88	3,37	38,16	<b>13,99</b>
4.	332	Рис отварной	110	2,68	4,47	26,09	145,88	<b>7,24</b>
5.	394	Компот из сухофруктов	150	0,34		19,33	75,63	<b>4,42</b>
6.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	<b>2,56</b>
7.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	<b>1,92</b>
		<b>Итого обед:</b>	<b>635</b>	<b>21,05</b>	<b>13,8</b>	<b>80,76</b>	<b>515,39</b>	<b>46,65</b>

**Полдник**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	229	Омлет натуральный	130(120/10)	12,26	22,68	2,37	261,11	<b>34,43</b>
2.	420	Простокваша	150	4,2	3,75	16,5	75,99	<b>14,47</b>
3.		Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,29	35,7	<b>12,40</b>
4.	386	Яблоки свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,75	<b>13,93</b>
		<b>Итого полдник:</b>	<b>390</b>	<b>17,98</b>	<b>26,93</b>	<b>35,47</b>	<b>415,55</b>	<b>75,23</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ / Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 2( Вторник)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша рисовая вязкая с маслом	155(150/5)	4,59	6,45	32,68	205,33	<b>6,32</b>
2.	416	Какао с молоком	180	3,78	3,34	16,04	102,7	<b>9,30</b>
3.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	2,36	8,49	14,66	146,2	<b>11,59</b>
<b>Итого завтрак:</b>			<b>375</b>	<b>10,73</b>	<b>18,28</b>	<b>63,38</b>	<b>454,23</b>	<b>27,21</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	34	Салат из свеклы отварной	40	0,54	2,43	3,15	35,94	<b>1,85</b>
2.	72	Щи из свежей капусты	180	1,28	3,87	4,52	58,79	<b>2,90</b>
3.	299/372	Котлеты рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	6,24	16,21	10,28	207,62	<b>29,58</b>
5.	179	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,3	4,76	30,94	194,96	<b>6,43</b>
6.	401	Кисель из повидла	150	0,05		21,69	82,36	<b>3,38</b>
7.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	<b>2,56</b>
8.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	<b>1,92</b>
<b>Итого обед:</b>			<b>615</b>	<b>18,73</b>	<b>27,9</b>	<b>97,37</b>	<b>724,57</b>	<b>48,62</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	251/369	Запеканка из творога с молочным соусом	130(100/30)	18,13	6,11	19,85	208,07	<b>33,70</b>
2.	419	Молоко кипяченое	150	4,41	4	7,35	22	<b>9,79</b>
3.	386	Груши свежие	95	0,38	0,29	9,02	114	<b>20,25</b>
4.		Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,29	35,7	<b>1,28</b>
<b>Итого полдник:</b>			<b>390</b>	<b>24,06</b>	<b>10,52</b>	<b>43,51</b>	<b>379,77</b>	<b>65,02</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 3( Среда)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша овсяная вязкая с маслом	155(150/5)	6,35	8,41	27,14	207,26	4,44
2.	3	Бутерброд с сыром	45(30/5/10)	4,62	6,76	14,62	144,8	11,59
3.	411	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	26,53	0,66
5.		<b>Итого завтрак:</b>	<b>350</b>	<b>11,01</b>	<b>15,18</b>	<b>48,75</b>	<b>378,59</b>	<b>16,69</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	42	Салат из моркови	40	0,5	0,04	4,38	19,1	2,33
2.	62	Борщ со свежей капустой	180	1,08	3,82	8,07	64,23	5,44
3.	299/372	Биточки рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	6,63	16,49	10,88	213,22	29,58
5.	330	Каша пшеничная рассыпчатая	110	4,84	3,66	26,42	160,39	4,59
6.	390	Компот из груш	150	0,12	0,09	17,82	69,45	7,64
7.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	2,56
8.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	1,92
		<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>	<b>17,49</b>	<b>24,73</b>	<b>94,36</b>	<b>671,29</b>	<b>54,06</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	437	Пирожки печеные с картоф. из дрожж.теста	70	5,2	3,74	31,51	181,97	6,24
2.	420	Ряженка	150	4,5	3,75	6,3	76,5	14,47
3.	389	Мандарины	95	0,76	0,29	7,7	38	38,17
		<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>10,46</b>	<b>7,78</b>	<b>45,51</b>	<b>296,47</b>	<b>58,88</b>

Старший повар \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_/ Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



**10 дневное меню**  
Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

**День 4 (Четверг)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша вязкая манная с маслом	155(150/5)	7,09	7,77	33,39	227,61	<b>4,41</b>
2.	412	Чай с лимоном	150	0,19	0,04	7,12	27,68	<b>1,46</b>
3.	2	Бутерброд с повидлом	55(30/5/20)	2,42	4,36	28,38	161,8	<b>8,86</b>
5.		<b>Итого завтрак:</b>	<b>360</b>	<b>9,7</b>	<b>12,17</b>	<b>68,89</b>	<b>417,09</b>	<b>14,73</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	46	Винегрет овощной	40	0,53	2,46	3,16	36,92	<b>3,11</b>
2.	88	Суп картофельный с вермишелью	180	1,9	2	14,73	86,1	<b>4,20</b>
3.	299/372	Шницель рубленый со сметанным соусом	75(60/15)	6,63	16,49	10,88	213,22	<b>29,58</b>
6.	339	Пюре картофельное	110	2,3	3,84	14,39	102,08	<b>7,92</b>
7.	390	Компот из свежих яблок	150	0,14	0,12	17,91	70,35	<b>4,48</b>
8.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	<b>2,56</b>
9.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	<b>1,92</b>
		<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>15,82</b>	<b>25,54</b>	<b>87,86</b>	<b>653,57</b>	<b>53,77</b>

**Полдник**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	453	Булочка Дорожная	50	3,3	6,91	26,13	180,93	<b>5,41</b>
2.	420	Кефир	150	4,2	3,75	6	75	<b>10,33</b>
3.	95	Бананы свежие	95	1,42	0,09	19,95	84,55	<b>15,23</b>
		<b>Итого:</b>	<b>295</b>	<b>8,92</b>	<b>10,75</b>	<b>52,08</b>	<b>340,48</b>	<b>30,97</b>

Старший повар \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



**10 дневное меню**

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

**День 5( Пятница)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша перловая вязкая с маслом	155	5,33	6,51	30,62	200,26	<b>4,03</b>
2.	414	Кофейный напиток с молоком	150	4,62	6,76	14,62	144,8	<b>6,03</b>
3.	3	Бутерброд с сыром	45	2,4	2,05	12,07	79,83	<b>11,59</b>
<b>Итого завтрак:</b>			<b>350</b>	<b>12,35</b>	<b>15,32</b>	<b>57,31</b>	<b>424,89</b>	<b>21,65</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	15	Салат из белокочанной капусты	40	0,59	2,03	3,59	34,43	<b>1,50</b>
2.	82	Рассольник Ленинградский	180	1,61	4,02	12,16	93,38	<b>5,19</b>
3.	304/372	Тефтели мясные со сметанным соусом	60/60	7,48	7,83	9,39	134,77	<b>19,09</b>
5.	354	Капуста тушеная	110	2,17	3,56	9,99	79,11	<b>6,69</b>
6.	394	Компот из сухофруктов	150	0,34		19,33	75,63	<b>4,42</b>
7.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	<b>2,56</b>
8.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	<b>1,92</b>
<b>Итого:</b>			<b>660</b>	<b>16,51</b>	<b>18,07</b>	<b>81,25</b>	<b>562,22</b>	<b>41,37</b>

**Полдник**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	432	Оладьи с повидлом	65	4,82	4,69	29,52	180,09	<b>7,81</b>
2.	420	Простокваша	150	4,2	3,75	16,5	75,99	<b>16,01</b>
3.	386	Яблоки свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,75	<b>13,93</b>
<b>Итого:</b>			<b>310</b>	<b>9,4</b>	<b>8,82</b>	<b>55,33</b>	<b>298,83</b>	<b>37,75</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ / Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 6(Понедельник)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	155	5,56	6,57	30,55	201,58	3,99
2.	413	Чай с молоком	180	2,53	2,9	14,22	90,1	6,65
3.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/30	2,36	8,49	14,66	146,2	8,76
		<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>10,45</b>	<b>17,96</b>	<b>59,43</b>	<b>437,88</b>	<b>19,40</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	34	Салат из свеклы отварной	40	0,54	2,43	3,15	35,94	1,85
2.	90	Суп картофельный с рыбными фрикад.	180	4,4	2,44	13,17	93,83	11,09
3	322/372	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	60/15	10,97	11,06	10,88	116,98	24,39
4.	335	Макароны отварные	120	1,38	3,32	8,16	68,88	2,08
5.	401	Кисель из повидла	150	0,05		21,69	82,36	3,38
6.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	2,56
7.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	1,92
		<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>21,66</b>	<b>19,88</b>	<b>83,84</b>	<b>542,89</b>	<b>47,27</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	441	Ватрушки с повидлом	50	3,37	1,78	34,58	166,18	9,84
2.	420	Кефир	150	4,2	3,75	6	75	10,33
3.	386	Мандарины	95	0,76	0,29	7,7	38	38,17
		<b>Итого:</b>	<b>295</b>	<b>8,33</b>	<b>5,82</b>	<b>48,28</b>	<b>279,18</b>	<b>58,34</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 7(Вторник)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша гречневая вязкая с маслом	155	6,8	7,24	31,5	216,57	5,60
2.	2	Бутерброд с повидлом	55(30/5/20)	2,42	4,36	28,38	161,8	8,86
3.	416	Какао с молоком	150	3,24	2,85	13,14	85,76	8,02
<b>Итого:</b>			<b>360</b>	<b>12,46</b>	<b>14,45</b>	<b>73,02</b>	<b>464,13</b>	<b>22,48</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	46	Винегрет овощной	40	0,53	2,46	3,16	36,9	3,11
2.	87	Суп картофельный с горохом	180	3,66	3,84	14	106,44	2,67
3	305/372	Фрикадельки мясные в сметанном соусе	90(45/45)	7,06	5,75	6,51	103,15	26,36
4	339	Пюре картофельное	110	2,3	3,84	14,39	102,08	7,92
5	390	Компот из груш	150	0,12	0,09	17,82	69,45	7,64
6.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71	2,56
7.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	1,92
<b>Итого :</b>			<b>630</b>	<b>17,99</b>	<b>16,61</b>	<b>82,67</b>	<b>562,52</b>	<b>52,18</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	229	Омлет натуральный с маслом	130(120/10)	12,26	22,68	2,37	261,11	34,43
2.	412	Чай с лимоном	150	0,19	0,04	7,12	27,68	2,49
3.		Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,29	35,7	1,28
4.	386	Бананы	95	1,42	0,09	19,95	84,55	15,23
<b>Итого:</b>			<b>390</b>	<b>15,01</b>	<b>22,93</b>	<b>36,73</b>	<b>409,04</b>	<b>53,43</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ / Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"



\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.  
Дата: \_\_\_\_\_ г.

### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 8(Среда)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша рисовая вязкая с маслом	155	4,59	6,45	29,71	194,08	6,32
2.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,36	8,49	14,66	146,2	8,76
3.	414	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,45	14,48	95,8	7,61
		<b>Итого</b>	<b>375</b>	<b>9,83</b>	<b>17,39</b>	<b>58,85</b>	<b>436,08</b>	<b>22,69</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	42	Салат из моркови	40	0,5	0,04	4,38	19,1	2,33
2.	94	Суп картофельный с вермишелью	180	1,9	2	14,73	86,1	4,20
3.	299/372	Шницель рубленый со сметанным соусом	75(60/15)	6,63	16,49	10,88	213,22	29,58
5.	179	Рис отварной	110	2,68	4,47	26,09	145,88	7,24
6.	390	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	70,35	4,48
7.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	2,56
8.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	1,92
		<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>16,15</b>	<b>23,75</b>	<b>100,78</b>	<b>679,55</b>	<b>52,31</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	251/369	Запеканка из творога с молочным соусом	130(100/30)	18,13	6,11	19,85	208,07	33,70
2.	419	Молоко кипяченое	150	4,41	4	7,35	72,54	9,79
3.		Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,29	35,7	1,28
4.	386	Апельсин	95	0,85	0,19	7,7	38	31,42
		<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>24,53</b>	<b>10,42</b>	<b>42,19</b>	<b>354,31</b>	<b>76,19</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ /Виноградова Л.В



Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



### 10 дневное меню

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

### День 9 (Четверг)

#### Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	199	Каша овсяная вязкая с маслом	155	6,35	8,41	27,14	207,26	4,44
2.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,36	8,49	14,66	146,2	8,76
3.	412	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	40,21	2,49
<b>Итого:</b>			<b>375</b>	<b>8,83</b>	<b>16,92</b>	<b>52</b>	<b>393,67</b>	<b>15,69</b>

#### Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	13	Салат из белокачанной капусты	40	0,59	2,03	3,59	34,43	1,50
2.	72	Щи из свежей капусты	180	1,28	3,87	4,52	58,79	2,90
3.	299/372	Биточки рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	6,63	16,49	10,88	213,22	29,58
4.	179	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	6,3	4,76	30,94	194,96	6,43
5.	394	Компот из сухофруктов	150	0,34		19,33	75,63	4,42
6.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	2,56
7.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	1,92
<b>Итого:</b>			<b>640</b>	<b>19,46</b>	<b>27,78</b>	<b>96,05</b>	<b>721,93</b>	<b>49,31</b>

#### Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	437	Пирожки печеные с картофелем	70	5,2	3,74	31,51	181,97	6,24
2.	420	Простокваша	150	4,2	3,75	16,5	75,99	16,01
3.	386	Мандарины	95	0,76	0,29	7,70	38,00	38,17
<b>Итого:</b>			<b>220</b>	<b>10,16</b>	<b>7,78</b>	<b>55,71</b>	<b>295,96</b>	<b>60,42</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ / Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит  
Аликовского райпо"

\_\_\_\_\_ / Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.



**10 дневное меню**

Возрастная категория: с 1,5 – 3 лет .

**День 10 (Пятница)**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша вязкая манная с маслом	155	7,09	7,77	33,39	227,61	<b>4,41</b>
2.	3	Бутерброд с сыром	45	4,62	6,76	14,62	144,8	<b>11,59</b>
3.	414	Какао с молоком	180	3,24	2,85	13,14	85,76	<b>9,30</b>
<b>Итого:</b>			<b>350</b>	<b>14,95</b>	<b>17,38</b>	<b>61,15</b>	<b>458,17</b>	<b>25,30</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	34	Салат из свеклы	40	0,54	2,43	3,15	35,94	<b>1,85</b>
2.	62	Борщ со свежей капустой	180	1,08	3,82	8,07	64,23	<b>5,44</b>
3.	271/372	Котлеты рыбные запеченные со сметанным соусом	75(60/15)	8,21	2,58	6,93	81,21	<b>18,47</b>
4.	336	Картофель отварной	110	2,14	3,47	16,29	106,29	<b>4,46</b>
5.	401	Кисель из повидла	150	0,05		21,69	82,36	<b>3,38</b>
6.		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	<b>2,56</b>
7.		Хлеб дарницкий	30	2,04	0,39	12,21	73,5	<b>1,92</b>
<b>Итого :</b>			<b>540</b>	<b>16,34</b>	<b>12,93</b>	<b>82,92</b>	<b>514,93</b>	<b>38,08</b>

**Полдник**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	453	Булочка Дорожная	50	3,3	6,91	26,13	180,93	<b>5,41</b>
2.	420	Кефир	150	4,2	3,75	6	75	<b>10,33</b>
3.	386	Яблоки свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,75	<b>13,93</b>
<b>Итого:</b>			<b>295</b>	<b>7,88</b>	<b>11,04</b>	<b>41,44</b>	<b>298,68</b>	<b>29,67</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ / Виноградова Л.В