

Согласовано:

Директор _____
название учреждения_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.

12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 1 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		15,65
2.	173	Каша молоч.пшеничная с маслом	210	320,3	8,53	12,28	43,61	20,30
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	10,76
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	1,97
5.	338	Фрукты	100	44,4	0,4	0,4	9	15,68
		Итого	555	648,6	19,32	21,32	87,02	64,36

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	43	Салат из б/к капусты.	100	86,07	1,48	5,08	8,98	6,03
2.	102	Суп картоф. с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	6,74
3.	269/331	Котлеты рублен. с томат. соусом	100	172,94	8,34	10,46	11,9	43,58
4.	309	Макаронные изделия отварные	200	267,03	7,24	6,52	43,61	10,66
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,87
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Итого	910,00	888,53	40,85	29,99	126,77	82,10

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п _____/Виноградова Л.В.

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

Дата: _____ г.

/

Ф.И.О.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О. _____

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 2(Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	173	Каша мол. из овсяных хлопьев с маслом	260	347,78	9,45	16,52	40,25	22,12
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	11,43
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	11,56
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
5.		Итого	555	742,68	18,66	24,43	112,61	49,06

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	54	Салат из свеклы с яблоками	100	124,34	1,34	10,11	6,86	9,58
2.	82	Борщ с капустой картоф. со смет.	255	114,89	2,04	5,96	14,37	10,70
3.	279/331	Тефтели рубленые с томатным соусом	110	139,1	7,47	8,37	8,05	30,98
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	210	359,91	12,64	8,7	57,26	12,12
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,71
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	915	962,29	27,18	33,5	138,51	71,30

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п  /Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

Директор _____
название учреждения_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 3(Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	10,80
2.	223	Запеканка творожная с повидлом	220	493,29	31,68	23,99	37,47	79,69
3.	377	Чай с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	15,2	3,03
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	570	767,45	35,33	32,99	81,99	113,15

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	100	81,9	1,59	4,99	7,12	9,17
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91	5,66
3.	227/330	Рыба припущен. со сметан. соусом	100	65,76	9,29	1,78	3,29	28,14
4.	312	Пюре картофельное	230	253,42	4,78	12,51	30,23	26,77
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,78
	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,71
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	4,00
		Печенье	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Итого	980,00	875,86	42,04	29,17	124,09	102,25

Старший повар _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учрежденияГенеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

ф.и.о.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 4(Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	7,16	7,95	14,62	17,58
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	260	320,97	7,8	14,12	40,97	22,67
3.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,40
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
		Итого	550	635,82	18,1	22,42	90,02	45,60

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	5,92
2.	88	Щи из св. капусты с кар.со сметаной	255	98,12	1,85	5,94	8,26	9,67
3.	269/331	Биточки рублен. с томат.соусом	100	180,63	7,93	12,29	10,2	43,58
5.	309	Макаронны отварные	200	260,59	7,03	6,5	42,3	10,66
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,68
		Печенье	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	895	903,2	36,62	33,31	126,48	92,73

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учрежденияГенеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 5 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	359,91	11,64	8,7	57,26	12,12
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,95		15,65
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	11,43
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,1	15,68
5.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
		Итого	565	728,11	25,02	18,47	110,61	58,83

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	59	Салат из моркови с яблоками	100	136,5	1,43	8,7	13,11	9,28
2.	96	Рассольник Ленинградский со смет.	255	134,1	2,23	6,06	16,91	9,94
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	21,99
4.	310	Картофель отварной	230	222,23	4,45	7,26	34,07	17,81
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,21
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	925	896,59	40,81	44,67	129,11	75,45

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учреждения

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 6(Суббота)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	260	351,13	11,47	12,62	46,01	23,91
2.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,71
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	157,27	3,35	2,7	26,54	10,76
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,08	0,4	24,3	4,93
5.		Итого	550	690,2	22,98	20,32	97,13	51,31

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	45	Салат из б/к капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	6,03
2.	98	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	6,20
3.	280/331	Фрикадельки мясн. тушен. в томатн соусе	105	161,44	8,37	9,52	11,52	44,04
4.	321	Макароны отварные	230	307,08	8,33	7,5	50,15	12,17
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,78
		Печенье	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	925	954,38	38,55	29,57	147,19	88,44

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учрежденияГенеральный директор ООО "Общепит Аликковского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 7 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	7,16	7,95	14,83	17,58
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	210	281,28	5,89	11,16	38,83	22,27
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	11,43
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	1,97
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	580	679,68	18,76	22,87	98,99	68,93

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	144,01	2,86	2,35	23,93	11,82
2.	102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	6,74
3.	269/331	Биточки рублен. с томатным соусом	100	180,63	7,93	12,29	10,2	43,58
4.	321	Капуста тушен.	230	159,17	4,78	6,18	21,78	33,44
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	14,23
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	920	937,48	39,9	28,65	140,94	118,03

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учрежденияГенеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

ф.и.о.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 8 (Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	330/223	Запеканка творож.со сметан.соус.	215	409,5	28,74	21,95	23,41	70,95
2.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,40
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	11,56
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,71
		Итого :	550	781,05	39,34	31,29	85,23	99,57

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	67	Винегрет овощной.	100	124,34	1,34	10,11	6,86	5,96
2.	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255	114,89	2,04	5,96	14,37	10,70
3.	294/331	Котлеты из филе птицы рублен. с томат. соусом	100	110,05	9,79	10,39	10,8	25,69
4.	304	Рис отварной	200	266,9	4,88	8,14	47,83	16,91
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,71
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	895	923,43	36,74	37,1	146,27	72,19

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учрежденияГенеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 9 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,08	15,65
2.	173	Каша молоч.пшеничная с маслом	210	320,3	8,53	12,28	43,61	20,30
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,87
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
6.	338	Фрукты	100	42	0,4	0,3	9,5	15,68
		Итого	560	580,5	18,26	18,97	81,21	62,45

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	100	81,9	1,59	4,99	7,12	9,17
2.	111	Суп с макар. изд.	250	118,02	2,28	5,02	15,66	5,66
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соусом	100	118,76	7,21	5	10,92	20,37
4.	312	Пюре картофельное	230	253,42	4,78	12,51	30,23	26,77
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,68
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	980	846,11	34,32	30,02	121,78	84,87

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п _____/Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учреждения

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____/_____
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 10 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	13,76
2.	204	Макароньы отварные с сыром	205	286,32	10,95	9,41	38,33	26,57
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	11,43
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,71
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	625	778,52	25,59	26,42	108,32	83,10

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из свеклы отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	5,92
2.	106	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	6,20
3.	280/331	Фрикадельки из говяд., тушен. в томат. соусе	100	161,44	8,37	9,52	11,52	40,94
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	230,22	5,47	8,39	32,65	9,80
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,78
		Кондит. изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	890	881,3	35,56	31,46	128,58	82,86

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Директор _____
название учреждения

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

_____ /
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 11 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	260	351,13	11,47	12,62	46,01	23,91
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	10,76
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,95
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,1	15,68
5.		Итого	600	632,63	18,43	15,75	98,24	54,30

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	144,01	2,86	2,35	23,93	11,82
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91	5,66
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан. соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	21,99
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,64	8,7	57,26	12,12
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,21
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	890	946,43	35,02	34,35	152,68	63,00

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.

Директор _____
название учреждения

_____ /
Ф.И.О.

Дата: _____ г.



12 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 12 (Суббота)

Завтрак

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	185	Запеканка рисовая со сгущ.молоком	200	284,54	5,54	7,6	48,71	13,66
2.	873	Каша ячневая молочная с маслом	250	328,16	9,08	12,06	45,16	21,50
3.	377	Чай с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	15,2	3,03
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	1,97
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	11,71
		Итого	710	782,26	21,38	24,45	119,07	51,87

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из б/к капусты.	100	86,07	1,48	5,08	8,98	6,03
2.	98	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	6,20
3.	268/331	Шницель рублен. с томат. соусом	100	136,61	8,26	7,15	10,76	47,32
4.	312	Пюре картофельное	230	253,42	4,78	12,51	30,23	26,77
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,68
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	19,76	3,20
		Итого	920	859,87	34,87	32,21	122,1	109,22

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В