



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

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

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

День 6 (Понедельник)

**Завтрак**

| № п/п | № по С | Наименование блюда          | Выход (гр)  | Пищевая ценность |              |              |              | Цена,руб     |
|-------|--------|-----------------------------|-------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       |        |                             |             | Ккал             | Белки        | Жиры         | Углеводы     |              |
| 1.    | 3      | Бутерброд с сыром           | 50          | 162,8            | 5,77         | 7,95         | 14,62        | 23,46        |
| 2.    | 174    | Каша молоч.рисовая с маслом | 210(200/10) | 281,28           | 6,1          | 11,38        | 39,1         | 26,22        |
| 3.    | 382    | Какао с молоком             | 200         | 143              | 3,97         | 3,42         | 26,08        | 12,60        |
| 4.    |        | Хлеб пшеничный              | 20          | 47,6             | 1,52         | 0,16         | 9,72         | 2,03         |
| 5.    | 338    | Фрукты                      | 100         | 45               | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 15,68        |
|       |        | <b>Итого</b>                | <b>580</b>  | <b>679,68</b>    | <b>17,76</b> | <b>23,31</b> | <b>99,32</b> | <b>79,99</b> |

**Обед**

| № п/п | № по СР | Наименование блюда                | Выход (гр) | Пищевая ценность |              |              |               | Цена,руб      |
|-------|---------|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
|       |         |                                   |            | Ккал             | Белки        | Жиры         | Углеводы      |               |
| 1.    | 52      | Салат из моркови с изюмом.        | 100        | 72,19            | 1,26         | 0,13         | 22,28         | 10,20         |
| 2.    | 102     | Суп картофельный с горохом        | 250        | 148,29           | 5,13         | 5,33         | 19,5          | 6,15          |
| 3.    | 269/331 | Биточки рублен. с томатным соусом | 100(50/50) | 198,72           | 11,46        | 11,45        | 13,81         | 58,06         |
| 4.    | 321     | Капуста тушен.                    | 230        | 159,17           | 4,8          | 6,18         | 21,78         | 32,30         |
| 5.    | 348     | Компот из кураги                  | 200        | 124,18           | 1,08         |              | 31,33         | 14,48         |
|       |         | Кондит.изд                        | 20         | 83,2             | 15           | 2,14         | 14,44         | 5,02          |
| 6.    |         | Хлеб дарницкий                    | 40         | 98               | 2,72         | 0,52         | 16,28         | 3,28          |
|       |         | <b>Итого</b>                      | <b>940</b> | <b>883,75</b>    | <b>41,45</b> | <b>25,75</b> | <b>139,42</b> | <b>129,49</b> |

Старший повар Чертова Н.В.  
Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.