



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 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            | 5,77        | 7,95         | 14,62        | 23,46        |
| 2.    | 175     | Каша из риса и пшена с маслом | 260(250/10) | 301,32           | 7,59        | 12,45        | 40,84        | 26,16        |
| 3.    | 376     | Чай с сахаром                 | 200/15      | 56,85            | 0,1         | 0,03         | 14,99        | 1,52         |
| 4.    |         | Хлеб пшеничный                | 40          | 95,2             | 3,04        | 0,32         | 19,44        | 4,05         |
|       |         | <b>Итого</b>                  | <b>550</b>  | <b>616,17</b>    | <b>16,5</b> | <b>20,75</b> | <b>89,89</b> | <b>55,19</b> |

**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          | 7,49          |
| 2.    | 88      | Щи из св. капусты с кар.со сметаной | 255(250/5) | 98,12            | 1,85         | 5,94         | 8,26          | 11,13         |
| 3.    | 269/331 | Биточки рублен. с томат.соусом      | 100(50/50) | 198,72           | 11,46        | 11,45        | 13,81         | 49,87         |
| 5.    | 309     | Макароньы отварные                  | 200        | 260,59           | 7,03         | 6,5          | 42,3          | 11,78         |
| 6.    | 348     | Компот из чернослива                | 200        | 92,81            | 0,34         |              | 23,65         | 16,80         |
|       |         | Кондит.изд                          | 20         | 83,2             | 15           | 2,14         | 14,44         | 5,02          |
|       |         | Хлеб дарницкий                      | 40         | 98               | 2,72         | 0,52         | 16,28         | 3,28          |
|       |         | <b>Итого</b>                        | <b>915</b> | <b>921,29</b>    | <b>39,75</b> | <b>32,63</b> | <b>126,61</b> | <b>105,37</b> |

Старший повар

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В