



Директор

Согласовано

название учреждения

Ф.И.О.

Дата

*13.12.2022*  
*И.И. Сергеев*

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"



/ Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.

**12 дневное меню**  
**Возрастная категория: с 12 лет и старше**  
**Осенне- зимний сезон.**

День 1( Понедельник)

**Завтрак**

| № п/п | № по СР | Наименование блюда           | Выход (гр) | Пищевая ценность |              |              |              | Цена,руб     |
|-------|---------|------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       |         |                              |            | Ккал             | Белки        | Жиры         | Углеводы     |              |
| 1.    | 15      | Сыр порциями                 | 25         | 71,66            | 4,64         | 5,9          | 0            | 17,88        |
| 2.    | 173     | Каша молоч.пшениная с маслом | 200/10     | 285              | 7,51         | 11,72        | 37,05        | 16,49        |
| 3.    | 379     | Кофейный напиток с молоком   | 200        | 155,2            | 3,6          | 2,67         | 29,2         | 10,68        |
| 4.    |         | Хлеб пшеничный               | 20         | 63               | 1,41         | 0,3          | 0,3          | 1,57         |
| 5.    | 338     | Мандарины св.порциями        | 100        | 46,6             | 1,06         | 0,18         | 10,18        | 11,88        |
|       |         | <b>Итого</b>                 | <b>555</b> | <b>621,46</b>    | <b>18,22</b> | <b>20,77</b> | <b>76,73</b> | <b>58,51</b> |

**Обед**

| № п/п | № по СР | Наименование блюда                 | Выход (гр)  | Пищевая ценность |              |              |               | Цена,руб     |
|-------|---------|------------------------------------|-------------|------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|       |         |                                    |             | Ккал             | Белки        | Жиры         | Углеводы      |              |
| 1.    | 71      | Огурцы свежие порциями             | 100         | 20               | 0,7          | 0,1          | 1,8           | 21,46        |
| 2.    | 102     | Суп картофельный с горохом         | 200         | 147,5            | 5,88         | 4,66         | 19,95         | 3,36         |
| 3.    | 269     | Котлеты рубленые с томатным соусом | 100(50/50)  | 165              | 9,08         | 15,2         | 9,2           | 34,01        |
| 4.    | 309     | Макаронны отварные                 | 200         | 282,66           | 7,14         | 10,5         | 39,9          | 7,83         |
| 5.    |         | Чай с фруктовым соком              | 200(50/150) | 95               | 0,34         | 0,02         | 24,53         | 6,31         |
| 6.    |         | Хлеб дарницкий                     | 40          | 91,96            | 2,24         | 0,44         | 19,78         | 2,36         |
|       |         | <b>Итого</b>                       | <b>860</b>  | <b>802,12</b>    | <b>25,38</b> | <b>30,92</b> | <b>115,16</b> | <b>75,32</b> |

Старший повар \_\_\_\_\_

Бухгалтер о/п *Л.В. Виноградова* /Виноградова Л.В