



"Согласовано"

Директор МОБУ Лицей №6

[Signature]



Утверждено

Председатель Совета ИО "Мелеузовское"
Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "01" Апреля 2021 год.

Возрастная категория **с 7 до 11 лет:**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/Четверг					
Завтрак		Бесплатное горячее питание					
	13	Сыр (порциями)	10	3	3	0	36
	340,00	Омлет натуральный с маслом	140/5	15	21	3	263
	686	Чай с лимоном*	200		0	15	62
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2	0	14	71
	83,02	Яблоко	100	0	0	10	47
Итого за завтрак			485	20	24	42	479
Итого стоимость рациона							57,43 руб.

Возрастная категория **с 12 до 18 лет:**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/Четверг					
Завтрак							
	13	Сыр (порциями)	10	3	3	0	36
	462	Тефтели из говядины	60/30	8	13	11	203
	212	Макаронные изделия отварные	180	6	5	36	212
	631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19	79
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	3	0	23	118
	83,02	Яблоко	100	0	0	10	47
Итого за завтрак			630	21	21	99	695
Итого стоимость рациона							64 руб.

Технолог общественного питания: *[Signature]* В.Н.Жонина

