

"Согласовано"

Директор МОБУ "Лицей № 1"



"Утверждено"  
Председатель Совета ПО "Мелеузовское"  
И.Г. Фаизуллин



Меню приготовления блюд  
на "03" Марта 2021 год

Возрастная категория с 7 до 11 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |  |
|-------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--|
|                         |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |  |
| Неделя/день             | Вторая/Среда  |           |                  |      |          |                         |             |  |
| Завтрак                 | Бесплатное горячее питание                                |           |                  |      |          |                         |             |  |
|                         | Свекла отварная(порционно)                                | 60        | 0,92             | 0,06 | 5        | 26                      | ***         |  |
|                         | Котлеты из птицы  | 60        | 10               | 11   | 8        | 171                     | 128         |  |
|                         | Картофельное пюре   | 150       | 3                | 6    | 22       | 153                     | 520,00      |  |
|                         | Какао с молоком   | 200       | 4                | 4    | 22       | 136                     | 289(2)      |  |
|                         | Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания) | 30        | 2                | 0    | 14       | 71                      | ***         |  |
| Итого за завтрак        |   | 500       | 20               | 21   | 71       | 557                     |             |  |
| Итого стоимость рациона |   |           |                  |      |          |                         | 57,43 руб.  |  |

Возрастная категория с 12 до 18 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |  |
|-------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--|
|                         |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |  |
| Неделя/день             | Вторая/Среда  |           |                  |      |          |                         |             |  |
| Завтрак                 | Бесплатное горячее питание                                |           |                  |      |          |                         |             |  |
|                         | Свекла отварная(порционно)                                | 60        | 0,92             | 0,06 | 5        | 26                      | ***         |  |
|                         | Котлеты из птицы  | 80        | 10               | 11   | 8        | 171                     | 128         |  |
|                         | Картофельное пюре   | 180       | 4                | 6    | 24       | 167                     | 520,00      |  |
|                         | Какао с молоком   | 200       | 4                | 4    | 22       | 136                     | 289(2)      |  |
|                         | Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания) | 50        | 3                | 0    | 23       | 118                     | ***         |  |
| Итого за завтрак        |   | 570       | 22               | 21   | 83       | 618                     |             |  |
| Итого стоимость рациона |   |           |                  |      |          |                         | 64 руб.     |  |

Технолог общественного питания: *В.Н. Жонина*

