



"Согласовано"  
 Директор ИОБУ: Тибетов И.С.



"Утверждаю"  
 Председатель Совета ПО "Мелеузовское"  
 И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
 на "19" Марта 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		<b>Вторая/Пятница</b>					
		<b>Бесплатное горячее питание</b>					
Завтрак		Гуляш из говядины	40/50	14	15	3	200
	284,00	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	3	49	164
	685	Чай с сахаром*	200		0	15	60
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2	0	14	71
	***	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60
Итого за завтрак			600	30	21	86	555
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	
		<b>Вторник/Пятница</b>					
		<b>Завтрак</b>					
	284,00	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	6	25	179
	95,00	Гуляш из говядины	40/50	14	15	3	200
	685	Чай с сахаром	200		0	15	60
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	3	0	23	118
	***	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60
Итого за завтрак			620	26	24	71	617
Итого стоимость рациона			64 руб.				

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

