



"Согласовано"
 Директор МБОУ Лицей № 62



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

Меню приготовления блюд
 на "19" Марта 2021 год.

Возрастная категория **ОВЗ**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Вторая/Пятница					
Завтрак							
	302	Каша молочная рисовая	200/10	5,9	8,2	41	262
	1	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,62	146
	693	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
	3	Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,6	0,5	28	138,6
Итого за Завтрак			510	16,5	20,6	97,3	644,6
Обед							
	124	Щи из свежей капусты с со сметаной	250/10	1,7	5,6	8,4	91
	95	Гуляш из говядины	40/50	14	15	3	200
	284	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	6	25	179
	685	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского)	50	3	0	23	118
	***	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60
Итого за Обед			880	28	30	78	701
Итого стоимость рациона			100 руб.				

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

