

"Согласовано" Директор МОБУ Лицей №6 А.А.Колмаков



Меню приготовления блюд на "28" Мая 2021 год.



Возрастная категория: с 12 до 18 лет:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/Пятница					
Завтрак		Бесплатное горячее питание					
	95	Гуляш из говядины	90	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	
Неделя/день		Вторник/Пятница					
Завтрак							
	284,00	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	6	25	179
	95,00	Гуляш из говядины	90	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	148
	***	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

