



Сот. исәпкә  
Директор МБОУ Лицей №6  
А.А.Колпаков

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

Меню приготовления блюд  
на "09" Июня 2021 года



Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДЦ

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день				Первая / Среда			
Завтрак	227	Запеканка из творога со сгущ.	150	13,45	12	27,5	270
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Фрукт (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			500	15,95	12,66	63,87	434
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты	250/10	1,9	4,95	8,93	89
	462	Тефтели с рисом в соусе	90	15,9	17	39,5	346,3
	138	Картофельное пюре	150	3	4,3	23,01	142,35
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	16,2	81
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	3,5	0,6	18,5	95
	тк.2	Хлеб ржаной обогаш.	30	2,07	0,27	12,39	61,5
Итого за Обед			810	27,77	28,52	120,53	825,15
Итого за День				44	41	184	1259
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина* В.Н.Жонина

