



Составлено
 Директор МОБУ Лицей №6
 А.А. Колпаков



Утверждено
 Председатель Совета ДО "Мелезовское"
 И.Г. Фаизуллин

Меню приготовления блюд
 на "10" Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Четверг					
Завтрак	***	Йогурт для детского питания	100	4,1	3,2	10	98
	302	Каша молочная "Артек"	250/7	10	10,1	51,1	336
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			587	19,24	16,98	88,59	599
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	368	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	132	Рассольник Ленинградский	250/10	3,3	5,88	22	134
	131	Плов из птицы	180	14,4	14,4	40	341
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	30	3,5	0,6	18,5	95
тк.2	Хлеб ржаной обогащ.	30	2,07	0,27	12,39	61,5	
Итого за Обед			840	23,95	21,59	118,42	742,9
Итого за День				43	39	207	1342
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

