



Согласовано
 Директор МОБУ Лицей № 6
 А.А. Колпаков



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

Меню приготовления блюд
 на " 12 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДН и ЛТО

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Суббота					
Завтрак	160	Суп молочный с крупой	250	5,5	5,2	19,9	148
	1	Бутерброд с маслом	30/10	2	13,44	11,76	176
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	89,86
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	60	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			550	11,05	20,6	60,08	470,86
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	3,52	5,98	9,78	117
	140	Суп с макаронными изд.	250	5,5	5,2	19,9	148
	297	Каша перловая рассыпчатая	180	5,4	4,7	37,2	216
	469	Фрикадельки в соусе	105	10,57	8,85	7,8	154
	425	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	19	80
	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
	258	Усбосмак	85	8	7	18	170
Итого за Обед			920	33,55	27,91	176,15	1041,5
Итого за День				44	49	236	1512
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

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

