

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



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



Место приготовления блюда  
 на " 17" Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Вторая / Четверг</b>							
Завтрак	340	Омлет натуральный	158	14,6	24,1	2,6	285
	3	Бутерброд с маслом	30/10	5	7	14,62	145
	686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62
	368	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	48
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>515</b>	<b>20,1</b>	<b>31,55</b>	<b>43,18</b>	<b>540</b>
Обед	таб.32	Помидоры порционно	50	0,66	0,12	2,28	14,4
	160	Суп картофельный с клецками	250	3,05	4,45	21,92	118,13
	178	Голубцы ленивые с соусом	110	20	20,7	9	357
	221	Каша пшеничная рассыпчатая					255
	291	Напиток апельсиновый	200	0,34	0,14	24,79	108,2
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>710</b>	<b>37,62</b>	<b>31,18</b>	<b>135,88</b>	<b>1009,23</b>
<b>Итого за День</b>				<b>58</b>	<b>63</b>	<b>179</b>	<b>1549</b>

Итого стоимость рациона

120 руб.30коп.

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

