

"Согласовано"

Директор МОБУ Лицей № 6

А.А.Колпаков



"Утверждено"

Председатель Совета ПО "Мелеузовское"

И.Т.Файзуллин



Меню приготовления блюд
на " 18 " Июня 2021 год

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Пятница					
Завтрак	302	Каша молочная рисовая	200/10	5,1	8,2	31,3	220,2
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	107,99
	368	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	70,5
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			540	10,84	12,48	73,49	455,69
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	124	Щи из свежей капусты	250/10	1,7	5,6	8,4	91
	98	Котлеты из говядины	90	14	10	13	200
	234	Соус красный основной	40	0,4	1,87	2,53	29,3
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,6	4,8	35,8	209,1
	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			840	27,55	23,18	91,38	690,3
Итого за День				38	36	165	1146
Итого стоимость рациона							120 руб.30коп.

Технолог общественного питания

В.Н.Жонина

