

"Согласовано"  
 Директор МОБУ Лицей №6

*А.А. Колпаков*



"Утверждаю"  
 Председатель ИО "Мелеузовское"  
 И.И. Фаизуллин

*И.И. Фаизуллин*



Меню приготовления блюда  
 на " 20 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛГО

Прием пищи	№ рецепту	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Воскресенье					
Завтрак	191	Каша молочная манная	250/10	6,1	8,2	30,4	220,2
	3	Бутерброд с сыром	30/10	5	3	14,5	107
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	107,99
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			550	16,24	14,88	72,39	492,19
Обед	таб.32	Помидоры порционно	50	0,6	0,6	14,7	70,5
	132	Рассольник Ленинградский	250/10	2,1	5,2	15,4	119
	138	Картофельное пюре	180	17,7	5,8	41,6	292
	81	Рыба припущенная	100	15,47	7,73	3,13	144
	631	Компот из свежих плодов	200	0	0	14,97	59,86
	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			845	41,44	20,2	120,69	841,86
Итого за День				58	35	193	1334
Итого стоимость рациона			120 руб.30коп.				

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

