

"Согласовано"
 Директор МОБУ Лицей №6

А.А.Колпаков

"Утверждено"
 Председатель Совета ПО "Мелеузовское"

И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд
 на " 20 " Июня 2021 года.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДЦ

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Вторая / Воскресенье					
Завтрак	191	Каша молочная манная	200/10	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 обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			500	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	150	17,7	5,8	41,6	292
	81	Рыба припущенная	90	15,47	7,73	3,13	144
	631	Компот из свежих плодов	200	0	0	14,97	59,86
	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			810	41,44	20,2	120,69	841,86
Итого за День				58	35	193	1334
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

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

