



Согласовано  
 Директор МОБУ Лицея №6  
 А.А.Колпаков



"Утверждаю"  
 Председатель Совета ПО "Мелеузовское"  
 И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
 на " 21 " Июня 2021 гол.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя/день Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Каша пшеничная молочная	250/10	4,53	4,94	21,98	153,2	302
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	59,86	686
	Хлеб пшеничный обогащенный	40	2,1	0,36	11,1	57	тк.1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>6,63</b>	<b>5,3</b>	<b>48,05</b>	<b>270,06</b>	
<b>Обед</b>							
	Помидоры порционно	50	3,52	5,98	9,78	117	таб.32
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	1,7	5	11,6	97	56
	Куры отварные	90	16	12,1	0	188	125
	Макаронные изделия отварные	150	3,26	9,62	18,89	181,5	212
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	75	631
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	3,5	0,6	18,5	95	тк.1
	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,5	тк.2
<b>Итого за Обед</b>		<b>800,0</b>	<b>30,2</b>	<b>33,7</b>	<b>90,1</b>	<b>815,0</b>	
<b>Итого за День</b>		<b>1300,0</b>	<b>36,8</b>	<b>39,0</b>	<b>138,1</b>	<b>1085,1</b>	
<b>Итого стоимость рациона</b>						<b>120 руб.30коп.</b>	

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

