



Согласовано!  
 Директор МОБУ Лицея №6  
 А.А.Колпаков



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

Меню приготовления блюд  
 на " 23 " 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	
		Первая / Среда					
Завтрак	227	Запеканка из творога со сгуш.	150	13,45	12	27,5	270
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			500	15,95	12,66	63,87	434
Обед	таб.32	Помидоры порционно	50	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты	250/10	1,9	4,95	8,93	89
	462	Тефтели с рисом в соусе	90	15,9	17	39,5	346,3
	138	Картофельное пюре	150	3	4,3	23,01	142,35
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	16,2	81
	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			810	27,77	28,52	120,53	825,15
Итого за День				44	41	184	1259
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

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

