



Согласовано
 Директор МОБУ Лицея №6
 А.А.Колпаков



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

Меню приготовления блюд
 на " 24 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 12 лет и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Первая / Четверг							
Неделя/день							
Завтрак	***	Йогурт для детского питания	100	4,1	3,2	10	98
	302	Каша молочная "Артек"	250/7	10	10,1	51,1	336
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			607	19,24	16,98	88,59	599
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	368	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	132	Рассольник Ленинградский	250/10	3,3	5,88	22	134
	131	Плов из птицы	240	14,4	14,4	40	341
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	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			900	23,95	21,59	118,42	742,9
Итого за День				43	39	207	1342
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

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

