



Согласовано  
 Директор МОБУ Лицей №6  
 А.А.Колпаков



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

Меню приготовления блюд  
 на " 27 " Июня 2021 год

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Воскресенье					
Завтрак	302	Каша молочная рисовая	300/10	8,68	12,06	60,43	387,58
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	90
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	40	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			500	12,23	14,02	88,85	534,58
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	3,52	5,98	9,78	117
	368	Фрукт (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,6	4,3	11,6	96
	143	Гуляш из говядины	100	14	15	3	200
	57	Каша гречневая	180	6,25	8,48	24,08	210,53
	648	Кисель плодоягодный	200	0	0	23,5	95
	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			980	32,54	35,23	117,55	945,53
Итого за День				45	49	206	1480
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

