



Согласовано
И.О. Директора МОБУ Лицея № 6
И.Н. Чернышова



Утверждено
Председатель Совета ДК "Мелеузовское"
И.Г. Фаизуллин

Меню приготовления блюд
на " 01 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Первая / Среда							
Завтрак	227	Каша молочная "Дружба"	200/10	6,2	8,44	32,77	232
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Фрукт	120	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			580	8,7	9,1	69,14	396
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты	250	1,9	4,95	8,93	89
	462	Тефтели с рисом в соусе	100	15,9	17	39,5	346,3
	138	Макаронные изделия отварные	180	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			1390	36	38	190	1221
Итого стоимость рациона							
Технолог общественного питания <i>В.Н. Жонина</i>							125 руб.60коп.

