



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



"Утверждено"
Председатель Совета ПК "Мелеузовское"
И.Г. Файзуллин

Меню приготовления блюд
на " 05 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

| Прием пищи | № рецепту ры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---------------------|------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| | | Первая / Воскресенье | | | | | |
| Завтрак | 302 | Каша молочная рисовая | 200/10 | 7,2 | 10 | 50,1 | 321 |
| | 630 | Чай с молоком | 200 | 1,45 | 1,6 | 17,32 | 90 |
| | тк.1 | Хлеб пшеничный обогащ. | 40 | 2,1 | 0,36 | 11,1 | 57 |
| Итого за Завтрак | | | 460 | 10,75 | 11,96 | 78,52 | 468 |
| Обед | таб.32 | Огурцы порционно | 20 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117 |
| | 148 | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,6 | 4,3 | 11,6 | 96 |
| | 143 | Гуляш из говядины | 90 | 14 | 15 | 3 | 200 |
| | 57 | Каша гречневая | 180 | 6,25 | 8,48 | 24,08 | 210,53 |
| | 305.11 | Кисель плодоягодный | 200 | 0 | 0 | 23,5 | 95 |
| | тк.1 | Хлеб пшеничный обогащ. | 30 | 3,5 | 0,6 | 18,5 | 95 |
| тк.2 | Хлеб ржаной обогащ. | 30 | 2,07 | 0,27 | 12,39 | 61,5 | |
| Итого за Обед | | | 800 | 31,94 | 34,63 | 102,85 | 875,03 |
| Итого за День | | | | 43 | 47 | 181 | 1343 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | | 125 руб.60коп. |

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

