



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

"Утверждаю"
Председатель Совета ЦК "Мелеузовское"
И.Г. Фаизуллин



Меню приготовления блюд
на " 05" Июня 2022 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	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			450	10,75	11,96	78,52	468
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	3,52	5,98	9,78	117
	148	Суп-лапша домашняя	200	2,6	5,1	11,6	96
	143	Гуляш из говядины	90	14	17,2	3	200
	57	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,25	8,48	24,08	210,53
	648	Кисель плодовая годный	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			940	31,94	37,63	102,85	875,03
Итого за День			1390	43	50	181	1343

Итого стоимость рациона

125 руб.60коп.

Технолог общественного питания: *В.Н. Жонина*

