

"Согласовано"

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

"Утверждаю"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г. Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на " 10 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Пятница					
Завтрак	302	Каша молочная рисовая	200/10	5,1	8,2	31,3	220,2
	685	Чай с сахаром	200	3,04	3,32	16,39	107,99
	368	Яблоко	120	0,6	0,6	14,7	70,5
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			560	10,84	12,48	73,49	455,69
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	124	Борщ из свежей капусты	200/5	1,7	5,6	8,4	91
	98	Котлеты из говядины	90	14	10	13	200
	685	Чай с сахаром	200	0	0		
	212	Каша пшеничная рассыпчатая	150/5	5,6	4,8	14,97	60
	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			720	27,15	21,31	68,02	511,9
Итого за День			1280	38	34	142	968
Итого стоимость рациона							125 руб.60коп.

Технолог общественного питания:  В.Н. Жонина

"Согласовано"

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



"Утверждаю"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г. Файзуллин



Меню приготовления блюд  
на " 10 " Июня" 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Пятница					
Завтрак	302	Каша молочная рисовая	200/10	5,1	8,2	31,3	220,2
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Яблоко	120	0,6	0,6	14,7	70,5
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			580	7,8	9,16	72,07	407,7
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	0,28	0,04	0,76	4,4
	124	Борщ из свежей капусты	250	1,7	5,6	8,4	91
	98	Котлеты из говядины	60	14	10	13	200
	221	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180/5	5,6	4,8	35,8	209,1
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	59,86
	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			775	27,15	21,31	103,82	720,86
Итого за День			1355	35	30	176	1129
Итого стоимость рациона				125 руб.60коп.			

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина