



"Согласовано"
И.О. Директора МОБУ Лицей №6
И.И. Чернышова



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

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

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Вторая / Питание					
Неделя/день							
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.Жокина

