

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

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

Меню приготовления блюд  
 на " 16 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Четверг					
Завтрак							
	302	Каша молочная "Артек"	200/10	10	10,1	51,1	336
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	2,1	0,36	11,1	57
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>440</b>	<b>15,14</b>	<b>13,78</b>	<b>78,59</b>	<b>501</b>
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	132	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	3,3	5,88	22	134
	131	Плов из филе птицы	180	14,4	14,4	40	341
	ТТК	Напиток "Витюшка"	200	0	0	19	80
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>840</b>	<b>23,55</b>	<b>21,19</b>	<b>112,65</b>	<b>715,9</b>
<b>Итого за День</b>			<b>1280</b>	<b>39</b>	<b>35</b>	<b>191</b>	<b>1217</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>						<b>125 руб.60коп.</b>	

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 "16" 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	
Неделя/день		Первая / Четверг					
Завтрак							
	302	Каша молочная "Артек"	200/10	10	10,1	51,1	336
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	40	2,1	0,36	11,1	57
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>450</b>	<b>15,14</b>	<b>13,78</b>	<b>78,59</b>	<b>501</b>
Обед	таб.32	Огурцы порционно	20	0,28	0,04	0,76	4,4
	132	Рассольник Ленинградский	250	3,3	5,88	22	134
	131	Плов из филе птицы	180	14,4	14,4	40	341
	ТТК	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	80
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>710</b>	<b>23,55</b>	<b>21,19</b>	<b>112,65</b>	<b>715,9</b>
<b>Итого за День</b>			<b>1160</b>	<b>39</b>	<b>35</b>	<b>191</b>	<b>1217</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>						<b>125 руб.60коп.</b>	

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