



"Согласовано"
 Директор МОБУ Лицея №6
 И.Г. Исанова




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

Меню приготовления блюд
 на "04" Июля 2024 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 с маслом	210	10,00	10,10	51,10	336,00
	692	Кофейный напиток	200	3,20	2,80	18,50	109,00
	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	8,60	14,60	146,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			500	18,60	22,00	108,50	713,00
Обед	33	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	148	Суп-лапша домашняя	200	2,60	5,10	11,60	96,00
	57	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,25	8,48	24,08	210,00
	143	Гуляш из говядины	90	14,00	17,20	3,00	200,00
	648	Кисель из плодовойгодного концентрата	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	20	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			750,00	27,44	31,47	87,93	732,00
Итого стоимость рациона							150-22


Технолог общественного питания:  В.Н. Жонина



**Меню приготовления блюд
на "04" Июля 2024 год.**

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Четверг					
Завтрак							
	302	Каша молочная Артек с маслом	260	12,38	12,50	63,27	416,00
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108,00
	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	8,60	14,60	146,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			550	20,82	24,92	118,56	792,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,60	4,30	11,60	96,00
	57	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,25	8,48	24,08	210,53
	143	Гуляш из говядины	90	14,00	15,00	3,00	200,00
	648	Кисель из плодового годного концентрата	200	0,00	0,00	23,50	95,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	20	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			830,00	27,44	28,47	91,43	751,03
Итого стоимость рациона							150-22

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина