

"Согласовано"

Директор МОБУ "Школа № 662"

А.А.Колпаков

"Утверждено"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"

И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "09" Сентября 2021 год.

Возрастная категория с 12 до 18 лет:

| Прием пищи       | № рецептуры | Наименование блюда                                        | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-------------|-----------------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|
|                  |             |                                                           |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |
| Неделя/день      |             | Вторая/Четверг                                            |           |                  |      |          |                         |
| Завтрак          |             |                                                           |           |                  |      |          |                         |
|                  | 13          | Сыр (порциями)                                            | 10,00     | 3,00             | 3,00 | 0,00     | 36,00                   |
|                  | 190         | Каша молочная манная или ячневая                          | 200/10    | 6,00             | 8,00 | 30,00    | 220,00                  |
|                  | 7           | Яйцо отварное                                             | 40,00     | 6,86             | 6,21 | 0,38     | 84,78                   |
|                  | 685         | Чай с сахаром                                             | 200,00    | 0,10             | 0,00 | 9,00     | 35,00                   |
|                  | 3,00        | Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания) | 60,00     | 5,00             | 0,72 | 23,00    | 114,00                  |
|                  | 83,02       | Фрукт                                                     | 100,00    | 0,00             | 0,00 | 10,00    | 47,00                   |
| Итого за завтрак |             |                                                           | 620       | 21               | 18   | 72       | 537                     |

Итого стоимость рациона

64 руб.

Технолог общественного питания

В.Н.Жонина

