

"Сектор..."  
 И.о. директора МОБУ...  
 И.И. Чернышев

"Сектор..."  
 Председатель Совета МК "Молодежное"  
 И.Р. Фаизуллин

Место приготовления блюда  
 от "13" Мая 2022 г.г.

Возрастная категория ОБЗ с 12 лет и старше

| Прием<br>пищи       | №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | Стоимость<br>(руб.) |
|---------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|---------------------|
|                     |                |                                                                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                     |
| Неделя/день         |                | Первый                                                                                     |           |                  |       |          |                            |                     |
| Завтрак             |                |                                                                                            |           |                  |       |          |                            |                     |
|                     | 702,0          | каша молочная пшеница с маслом                                                             | 185       | 6,50             | 8,0   | 30,70    | 221,00                     |                     |
|                     | 1,00           | сыр порезанный                                                                             | 10        | 2,63             | 2,66  |          | 35,0                       |                     |
|                     | 692            | кофейный напиток                                                                           | 200       | 2,9              | 2,8   | 14,90    | 94,0                       |                     |
|                     | 3,00           | Хлеб пшеничный обогащенный йодированным железом для детей дошкольного и школьного возраста | 30        | 2                | 0,4   | 19,8     | 86                         |                     |
|                     |                |                                                                                            | 425       | 14,43            | 13,82 | 65,4     | 435,8                      |                     |
| Итого за<br>Завтрак |                |                                                                                            |           |                  |       |          |                            |                     |
| Обед                |                |                                                                                            |           |                  |       |          |                            |                     |
|                     |                | Суп из отварной (порционной)                                                               |           |                  |       |          |                            |                     |
|                     | 5              |                                                                                            | 50        | 0,9              | 0,1   | 5,9      | 28                         |                     |
|                     | 53,00          | Шашлык свиной капуста с картофелем                                                         | 250       | 1,36             | 3,73  | 6,72     | 73,80                      |                     |
|                     | 54,00          | Рыба, тушеная с овощами (филе лосося)                                                      | 100       | 10,18            | 7,78  | 2,17     | 119,99                     |                     |
|                     | 512            | Картофельное пюре                                                                          | 180       | 3,79             | 5,90  | 24,60    | 166                        |                     |
|                     | 273            | Булочка домашняя                                                                           | 60        | 4,40             | 7,02  | 33,20    | 215                        |                     |
|                     | 685            | Чай с сахаром                                                                              | 200       |                  |       | 9,7      | 39                         |                     |
|                     | 1              | Яблоко                                                                                     | 120       | 0,5              | 0,5   | 12,25    | 58,75                      |                     |
|                     | 3,00           | Хлеб пшеничный обогащенный йодированным железом для детей дошкольного и школьного возраста | 50        | 4                | 0,6   | 33,0     | 141                        |                     |
| Итого за<br>Обед    |                |                                                                                            | 960       | 21               | 25    | 94       | 790                        | 141,36              |

Технолог общественного питания: *В.Н. Жонина*

