



"Сот.досида"

Директор МОБУ Лицей №6(2) А.А.Колпаков

Меню приготовления блюд
на "16" Сентября 2021 год.



Директор МОБУ Лицей №6(2) А.А.Колпаков

Возрастная категория с 12 до 18 лет;

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Четверг					
Завтрак							
	13	Сыр (порциями)	10	3	3	0	36
	196	Каша "Дружба с маслом"	200/10	6	9	34	237
	257	Выпечка	85	8	8	21	196
	685	Чай с сахаром	200	0,1	0	9	35
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	60	5	0,72	23	114
	***	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60
Итого за завтрак			665	25	24	92	678
Итого стоимость рациона			64 руб.				

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

