

"Содержание"

Директор МОБУ Лицей № 6



Утверждено
Профессором Советом ППС "Мектепке"
 И.Т. Байгалиев

Меню разработано на базе
на "19" января 2021 года

Возрастная категория: ОБЖ с 12 лет и старше

Примечание	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Энергетическая ценность	Стоимость блюда (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за завтрак		Завтрак						
	111,00	Каши манная молочная жидкая с маслом	185	5,40	7,20	26,80	194,00	
	1,00	Бутерброд с сыром	40	5,00	3,00	14,50	107,0	
	093,00	чай со сливками	200	3,60	3,3	11,7	98,00	
	3	Хлеб пшеничный обогащенный (взрослым и подросткам для детей дошкольного и школьного возраста)	30	2	0,4	19,8	80	
Итого за Завтрак			415	16,4	13,6	74,8	484,8	
Обед								
	3	Суп из овощей (пюре)	50	0,9	0,1	5,9	28	
	124,00	Пюре из овощей (пюре)	260	1,70	5,60	8,40	81,00	
	131,00	Пюре из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	37,28	359,21	
	685	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,10	35,0	
	3,00	Хлеб пшеничный обогащенный (взрослым и подросткам для детей дошкольного и школьного возраста)	30	4	0,6	13,0	143	
	401	Мясное блюдо	10	0,08	7,28	0,13	66,1	
	1	Желе	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за Обед			850	22,39	30,6	103,61	768,81	

Технолог общественного питания: *Байгалиев* И.Т. Байгалиев

