



"Согласовано"

Директор МБОУ Лицей № 6 А.А.Каликов



"Утверждено"
Руководитель Центра МБ "Успешное образование"
И.Г.Филиппова

Меню приготовления блюд
на "24" Января 2022 г.г.

Возрастная категория ОБЖ с 7 до 11 лет

Проект линия	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Понедельник/Понедельник						
Завтрак								
	311,00	Каша манная молочная заправка с маслом	185	1,40	7,20	26,80	194,00	
	685,00	чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00	
	1,00	бутерброд с маслом	40	2,4	3,6	14,6	146	
Итого за Завтрак			385	7,9	15,8	50,5	375	
Обед								
	3	Огуры соевые (маринады)	50	0,4	0,1	0,8	6	
	124,00	Щи из свиной капусты со сметаной	210	1,68	4,86	7,36	80,73	
	54,00	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	100	10,18	7,78	2,17	119,99	
	512,00	Рис вегетарианский	150	3,79	6,54	38,96	229,69	
	685,00	Чай витаминизированный	200			9,7	39	
	3,00	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным бромом для детей дошкольного и школьного возраста	50	4	0,6	33,0	143	
Итого за Обед			760	20	20	92	618	121,66

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

