



Утверждено  
Директор МКОУ "Лицей №4" А.А.Колесников



Утверждено  
Педсоветом Лицея №4 "Молодежь"  
И.Г.Давыдов

Меню приготовления блюд  
на "24" сентября 2021 год.

Возрастная категория ДОУ 12 лет и старше

| Пример меню           | №<br>рецептуры | Наименование блюда                             | Вес блюда   | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность |
|-----------------------|----------------|------------------------------------------------|-------------|------------------|------|----------|----------------------------|
|                       |                |                                                |             | Белок            | Жиры | Углеводы |                            |
| Воспитание            |                |                                                |             |                  |      |          |                            |
| Завтрак               |                |                                                |             |                  |      |          |                            |
|                       | 100            | Суп овощной с макаронными изделиями            | 250         | 5,5              | 5,2  | 19,9     | 140                        |
|                       | 3              | Булочка с маслом                               | 100/10      | 2,4              | 8,6  | 14,62    | 140                        |
|                       | 200            | Чай с молоком и сахаром                        | 200         | 1,4              | 1,4  | 11       | 61                         |
|                       | 3              | Хлеб пшеничный обжаренный                      | 60          | 5                | 0,72 | 23       | 114                        |
| Итого за<br>Завтрак   |                |                                                | 550         | 14,3             | 15,9 | 68,5     | 409,0                      |
| Обед                  |                |                                                |             |                  |      |          |                            |
|                       | 124            | Щи из свежей капусты с со сметаной             | 250/10      | 1,7              | 5,6  | 8,4      | 91                         |
|                       | 95             | Суп из говядины                                | 100         | 14               | 15   | 3        | 200                        |
|                       | 204            | Вареное говяжье мясо                           | 100         | 6                | 6    | 25       | 170                        |
|                       | 603            | Чай с сахаром                                  | 200         | 0,2              | 0    | 13       | 60                         |
|                       | 3              | Хлеб пшеничный, разный<br>обжаренный для детей | 50          | 3                | 0    | 23       | 114                        |
|                       | 741            | Патрушки с творогом                            | 60          | 3                | 4    | 23       | 157                        |
| Итого за Обед         |                |                                                | 650         | 32               | 34   | 97       | 805                        |
| Всего съедено, выпито |                |                                                | 118,52 кг/л |                  |      |          |                            |

Итого стоимость завтрака

138,52 руб.

Технолог общественного питания: И.И.Жилица

