



"Согабстан"
Директор МОБУ Лицей №16
С.А. Колпаков



"Мельзуляу"
Председатель Совета ПК "Мельзузовское"
И.Г. Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "31" Января 2022 год

Возрастная категория с 12 до 18 лет:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость блюда (руб.)
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя/день	Вторая/ Понедельник							
Завтрак	Бесплатное горячее питание							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	210	7,38	9,08	34,85	250,9	311	
	Чай витаминизированный	200	0	0	9,7	39	685	
	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	30	2,4	0,4	19,8	86	3	
	Батон нарезной (для масла)	30	4	0,5	27,5	130	4	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	17	
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8		1	
Итого за завтрак		580	14	18	102	572		67,21

Технолог общественного питания  В.Н.Жонина

