



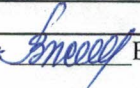
"Утверждаю"  
Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г.Файзуллин



Меню приготовления блюд  
на " 01 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

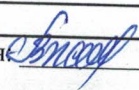
| Прием пищи              | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда               | Вес блюда      | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------|----------------------------------|----------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                         |                    |                                  |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день             |                    | Вторая / Среда                   |                |                  |       |          |                            |
| Завтрак                 | 106                | Каша молочная "Дружба"           | 200/10         | 6,2              | 8,44  | 32,77    | 232                        |
|                         | 685                | Чай с сахаром                    | 200            | 0                | 0     | 14,97    | 60                         |
|                         | 1                  | Яблоко                           | 120            | 0,4              | 0,3   | 10,3     | 47                         |
|                         | тк.1               | Хлеб пшеничный обогащ.           | 50             | 2,1              | 0,36  | 11,1     | 57                         |
| Итого за<br>Завтрак     |                    |                                  | 580            | 8,7              | 9,1   | 69,14    | 396                        |
| Обед                    | таб.32             | Помидоры порционно               | 40             | 0                | 0     | 2        | 10                         |
|                         | 124                | Щи из свежей капусты со сметаной | 205            | 1,9              | 4,95  | 8,93     | 88,76                      |
|                         | 462                | Тефтели с рисом в соусе          | 100            | 15,9             | 19,1  | 39,5     | 346,3                      |
|                         | 138                | Макаронные изделия отварные      | 150            | 3                | 4,3   | 23,01    | 142,35                     |
|                         | 296                | Чай с сахаром и молоком          | 200            | 1,4              | 1,4   | 16,2     | 81                         |
|                         | тк.1               | Хлеб пшеничный обогащ.           | 30             | 3,5              | 0,6   | 18,5     | 95                         |
|                         | тк.2               | Хлеб ржаной обогащ.              | 30             | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 61,5                       |
| Итого за<br>Обед        |                    |                                  | 755            | 27,77            | 30,62 | 120,53   | 824,91                     |
| Итого за<br>День        |                    |                                  | 1335           | 36               | 40    | 190      | 1221                       |
| Итого стоимость рациона |                    |                                  | 125 руб.60коп. |                  |       |          |                            |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд  
на " 01 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

| Прием пищи                                                                                                          | №<br>рецеп-<br>туры | Наименование блюда          | Вес блюда      | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ<br>ая<br>ценность |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|------------------|-------|----------|--------------------------------|
|                                                                                                                     |                     |                             |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                |
| Неделя/день                                                                                                         |                     | Первая / Среда              |                |                  |       |          |                                |
| Завтрак                                                                                                             | 227                 | Каша молочная "Дружба"      | 200/10         | 6,2              | 8,44  | 32,77    | 232                            |
|                                                                                                                     | 685                 | Чай с сахаром               | 200            | 0                | 0     | 14,97    | 60                             |
|                                                                                                                     | 368                 | Фрукт                       | 120            | 0,4              | 0,3   | 10,3     | 47                             |
|                                                                                                                     | тк.1                | Хлеб пшеничный обогащ.      | 50             | 2,1              | 0,36  | 11,1     | 57                             |
| Итого за<br>Завтрак                                                                                                 |                     |                             | 580            | 8,7              | 9,1   | 69,14    | 396                            |
| Обед                                                                                                                | таб.32              | Помидоры порционно          | 20             | 0                | 0     | 2        | 10                             |
|                                                                                                                     | 124                 | Щи из свежей капусты        | 250            | 1,9              | 4,95  | 8,93     | 89                             |
|                                                                                                                     | 462                 | Тефтели с рисом в соусе     | 100            | 15,9             | 17    | 39,5     | 346,3                          |
|                                                                                                                     | 138                 | Макаронные изделия отварные | 180            | 3                | 4,3   | 23,01    | 142,35                         |
|                                                                                                                     | 296                 | Чай с сахаром и молоком     | 200            | 1,4              | 1,4   | 16,2     | 81                             |
|                                                                                                                     | тк.1                | Хлеб пшеничный обогащ.      | 30             | 3,5              | 0,6   | 18,5     | 95                             |
|                                                                                                                     | тк.2                | Хлеб ржаной обогащ.         | 30             | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 61,5                           |
| Итого за<br>Обед                                                                                                    |                     |                             | 810            | 27,77            | 28,52 | 120,53   | 825,15                         |
| Итого за<br>День                                                                                                    |                     |                             | 1390           | 36               | 38    | 190      | 1221                           |
| Итого стоимость рациона                                                                                             |                     |                             | 125 руб.60коп. |                  |       |          |                                |
| Технолог общественного питания:  |                     |                             | В.Н.Жонина     |                  |       |          |                                |