



Меню приготовления блюд
на " 04 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Суббота					
Завтрак	160	Суп молочный с крупой	200	5,5	5,2	19,9	148
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	90
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			430	9,05	7,16	48,32	295
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	3,52	5,98	9,78	117
	140	Суп с макаронными изделиями	200	5,5	5,2	19,9	148
	297	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	5,9	37,2	216
	469	Фрикадельки мясные в соусе	100	10,57	8,85	7,8	154
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	***	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	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 Обед			950	31,56	27	140,74	943,5
Итого за День			1380	41	34	189	1239
Итого стоимость рациона							125 руб.60коп.

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина



"Согласовано"
И.О. Директора МОБУ Лицея №6
Н.Н. Чернышова



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

Меню приготовления блюд
на " 04 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Суббота					
Завтрак	160	Суп молочный с крупой	250	5,5	5,2	19,9	148
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	89,86
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	40	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			490	9,05	7,16	48,32	294,86
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	3,52	5,98	9,78	117
	140	Суп с макаронными изделиями	250	5,5	5,2	19,9	148
	297	Каша перловая рассыпчатая	180	5,4	4,7	37,2	216
	469	Фрикадельки в соусе	100	10,57	8,85	7,8	154
	***	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	685	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
	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 Обед			810	31,56	25,8	140,77	943,5
Итого за День			1300	41	33	189	1238
Итого стоимость рациона							125 руб.60коп.

Технолог общественного питания: В.Н. Жонина