



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



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

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 обогаш.	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 обогаш.	30	3,5	0,6	18,5	95
	тк.2	Хлеб ржаной обогаш.	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

