



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

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



Меню приготовления блюд
на " 08 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Среда					
Завтрак	106	Каша молочная манная	200/10	9,05	12,06	44,87	324,47
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	17	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	5,8	1	30,8	158
Итого за Завтрак			470	14,93	20,31	90,77	608,57
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	1,07	4,7	10,6	104,64
	134	Суп крестьянский с пшеном	200	2,15	5,82	10,68	105
	ДО7ЖС19	Куриное филе, тушеное с овощами	90	19,8	25,2	4	333
	284	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,8	2,9	49	264
	648	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	20	76
	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			740	39,39	39,49	125,17	1039,14
Итого за День			1210	54	60	216	1648
Итого стоимость рациона							125 руб.60коп.
Технолог общественного питания:							

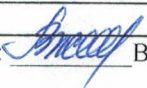
В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд
на " 08" Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецептур ы		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Среда					
Завтрак	106	Каша молочная манная	200/10	6,1	8,2	30,4	220,2
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	5,8	1	30,8	158
Итого за Завтрак			460	11,9	9,2	76,17	438,2
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	1,07	4,7	10,6	104,64
	134	Суп крестьянский с пшеном	250	2,15	5,82	10,68	105
	ДО7ЖС19	Куриное филе, тушеное с овощами	90	19,8	25,2	4	333
	284	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,8	2,9	49	264
	648	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	20	76
	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			800	39,39	39,49	125,17	1039,14
Итого за День			1260	51	49	201	1477
Итого стоимость рациона			125 руб.60коп.				

Технолог общественного питания:  В.Н. Жонина