



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

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



Меню приготовления блюд
на " 11 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Суббота					
Завтрак	161	Суп молочный с крупой	200	5,5	5,2	20,5	150
	296	Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			430	9	6,96	42,8	268
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	134	Суп крестьянский с рисом	200	2,1	5,1	12,4	105
	212	Макаронные изделия отварные	150	7,8	6,3	43,6	266
	469	Фрикадельки мясные в соусе	100	9,5	11,7	8,1	176,7
	***	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	648	Кисель плодовая годный	200	0	0	14,97	59,86
	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	25,25	24,01	110,72	768,46
Итого за День			1380	34	31	154	1036
Итого стоимость рациона							125 руб. 60 коп.

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

