



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



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

Меню приготовления блюд
на " 12 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Воскресенье					
Завтрак	191	Каша молочная манная	200/10	6,1	8,2	30,4	220,2
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	11,2	61
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			460	9,6	9,96	52,7	338,2
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	0,6	0,6	14,7	70,5
	132	Рассольник Ленинградский(перловка)	200/5	2,1	5,2	15,4	119
	138	Картофельное пюре	150	17,7	5,8	41,6	292
	81	Рыба припущенная	100	15,47	7,73	3,13	144
	685	Чай с сахаром	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			755	41,44	20,2	120,69	841,86
Итого за День			1215	51	30	173	1180
Итого стоимость рациона							125 руб.60коп.

Технолог общественного питания: В.Н. Жонина



Меню приготовления блюд
на " 12" Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Воскресенье					
Завтрак	191	Каша молочная манная	200/10	6,1	8,2	30,4	220,2
	296	Чай с сахаром и молоком	200	3,04	3,32	16,39	107,99
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			460	11,24	11,88	57,89	385,19
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	0,6	0,6	14,7	70,5
	132	Рассольник Ленинградский	250	2,1	5,2	15,4	119
	138	Картофельное пюре	180	17,7	5,8	41,6	292
	81	Рыба припущенная	100	15,47	7,73	3,13	144
	685	Чай с сахаром	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			810	41,44	20,2	120,69	841,86
Итого за День			1270	53	32	179	1227
Итого стоимость рациона			125 руб.60коп.				

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина