



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



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

Меню приготовления блюд
на " 13 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день	Понедельник						
Завтрак							
	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	4,53	4,94	21,98	153,2	302
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	59,86	686
	Хлеб пшеничный обогащенный	40	2,1	0,36	11,1	57	тк.1
Итого за Завтрак		450	6,63	5,3	48,05	270,06	
Обед							
	Помидоры порционно	40	3,52	5,98	9,78	117	таб.32
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,7	5	11,6	97	56
	Котлета из говядины с соусом	100	16	15,1	0	188	125
	Рис отварной	150	4,9	7,7	40,7	280	212
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	75	631
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,1	0,36	11,1	57	тк.1
	Хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41	тк.2
Итого за Обед		745,0	29,8	34,5	100,4	855,0	
Итого за День		1195,0	36,4	39,8	148,4	1125,1	
Итого стоимость рациона						125 руб.60коп.	

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

