



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



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

Меню приготовления блюд
на "14" Июня 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прим. пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Вторник					
Завтрак							
	206	Бутерброд с сыром	30/15	5	3	14,5	106
	686	Чай с молоком	200	0,06	0,01	15,18	62,24
	302	Каша молочная рисовая	200/10	5,1	8,2	31,3	220,2
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			505	12,26	11,57	72,08	445,44
Обед							
	твб.32	Огурцы порционно	20	0,28	0,04	0,76	4,4
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,6	4,3	11,6	96
	176	Картофельное пюре	180	4,9	7,7	40,7	280
	54	Рыба тушеная с овощами	100	12,2	8	55,2	138,2
	ТТК	Напиток витаминизированный "Витоешка"	200	0	0	19	80
	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			830	25,55	20,91	158,15	755,1
Итого за День				38	32	230	1201

Итого стоимость рациона

125 руб.60коп.

Технолог общественного питания: В.Н.Женнина

