

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

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

Меню приготовления блюд
на " 15 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Среда					
Завтрак	106	Каша молочная "Дружба"	200/10	6,2	8,44	32,77	232
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	1	Яблоко	120	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			580	8,7	9,1	69,14	396
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты со сметаной	205	1,9	4,95	8,93	88,76
	462	Тефтели с рисом в соусе	100	15,9	19,1	39,5	346,3
	138	Макаронные изделия отварные	150	3	4,3	23,01	142,35
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	16,2	81
	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	27,77	30,62	120,53	824,91
Итого за День			1335	36	40	190	1221
Итого стоимость рациона			125 руб.60коп.				

Технолог общественного питания: В.Н. Жонина

"Согласовано"

И.О. Директора МОБУ Лицея № 6

Н.Н. Чернышова

"Утверждаю"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"

И.Г. Файзуллин

Меню приготовления блюд
на " 15 " Июня 2022 год

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Среда					
Завтрак	227	Каша молочная "Дружба"	200/10	6,2	8,44	32,77	232
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Фрукт	120	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогащ.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			580	8,7	9,1	69,14	396
Обед	таб.32	Помидоры порционно	20	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты	250	1,9	4,95	8,93	89
	462	Тефтели с рисом в соусе	100	15,9	17	39,5	346,3
	138	Макаронные изделия отварные	180	3	4,3	23,01	142,35
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	16,2	81
	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	27,77	28,52	120,53	825,15
Итого за День			1390	36	38	190	1221
Итого стоимость рациона			125 руб.60коп.				

Технолог общественного питания: В.Н. Жонина