



"Согласовано"  
 Директор МОБУ Лицея №6  
 И.И. Исаева




"Утверждаю"  
 Председатель Совета ЦК "Мелеузовское"  
 И.И. Фаизуллин

Меню приготовления блюд  
 на "19" Июня 2023 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО.

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Первая / Понедельник					
Завтрак	302	Каша пшенная молочная с	260	5,61	6,12	27,21	251,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	80,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	80	2,10	0,36	11,10	57,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>7,70</b>	<b>6,48</b>	<b>53,28</b>	<b>388,00</b>
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	70,00
	37	Борщ из свежей капусты	250	3,52	5,98	9,78	137,00
	212	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,90	7,70	40,70	280,00
	125	Котлеты из говядины с	100	16,00	15,10	13,00	200,00
	631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	75,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	5,60	0,90	30,90	157,00
<b>Итого за обед</b>			<b>820,00</b>	<b>31,62</b>	<b>32,40</b>	<b>96,82</b>	<b>971,00</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>140,00</b>

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

