



Директор МОБУ Лицея №6  
И.Г.Исанова



Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "29 " Июня 2023 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Четверг					
Завтрак	340	Омлет натуральный	110	14,60	24,10	2,60	285,00
	368	Фрукты свежие	150	0,75	0,75	18,38	89,00
	686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62,00
	3	Бутерброд с маслом	40	5,00	7,00	14,62	145,00
Итого за завтрак			500	20,41	31,86	50,78	581,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,48	0,08	1,52	10,00
	160	Щи из свежей капусты	200	1,70	5,60	8,40	91,00
	221	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,00	4,90	47,00	255,00
	95	Гуляш из говядины	90	14,15	14,80	2,62	200,00
	291	Напиток из свежих плодов	200	0,34	0,14	24,79	108,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			740,00	30,42	26,43	115,98	825,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания: *Жонина* В.Н.Жонина

