




Меню приготовления блюд
на "02" Июля 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 / Воскресенье					
Завтрак	139	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,28	63,00
	302	Каша пшеничная молочная с маслом	210	4,53	4,94	21,98	251,00
	686	Чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	2,10	0,36	11,10	57,00
Итого за завтрак			500	13,13	11,30	44,56	432,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,48	0,08	1,52	10,00
	132	Рассольник Ленинградский со сметаной	205	2,40	3,60	15,40	151,00
	138	Картофельное пюре	150	17,70	9,40	41,60	292,00
	81	Рыба припущенная	100	22,50	13,10	0,63	161,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			755,00	48,65	27,05	105,01	831,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



"Согласовано"
Директор МОБУ Гимназия №1
А.Л. Шадрин



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

Меню приготовления блюд
на "02 " Июля 2023 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая / Воскресенье					
Завтрак	302	Каша пшеничная молочная с маслом	260	4,53	4,94	21,98	251,00
	686	Чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	90	2,10	0,36	11,10	57,00
Итого за завтрак			550	13,13	11,30	44,56	432,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,48	0,08	1,52	10,00
	132	Рассольник Ленинградский	250	2,10	5,20	15,40	119,00
	138	Картофельное пюре	180	17,70	9,40	41,60	292,00
	81	Рыба припущенная	100	22,50	13,10	0,63	161,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			830,00	48,57	19,59	112,32	829,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания:  В.Н. Жонина