




**Меню приготовления блюд  
на "06" 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		<b>Первая / Четверг</b>					
<b>Завтрак</b>	302	Каша молочная Артек с маслом	210	12,38	12,50	63,27	416,00
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108,00
	1	Бутерброд с маслом	40	5,00	7,00	14,60	146,00
	3	Хлеб пшеничный,	50	2,63	0,45	13,88	71,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>20,45</b>	<b>24,87</b>	<b>108,14</b>	<b>741,00</b>
<b>Обед</b>	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	117,00
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,60	4,30	11,60	96,00
	57	Каша гречневая	180	6,25	8,48	24,08	210,53
	143	Гуляш из говядины	90	14,00	15,00	3,00	200,00
	648	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	23,50	95,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
<b>Итого за обед</b>			<b>820,00</b>	<b>31,94</b>	<b>34,63</b>	<b>102,85</b>	<b>875,03</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>140-00</b>

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназия №1

А.Л.Шадрин



"Утверждаю"


Председатель Совета ПК "Мелеузовское"

И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "06" 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		Первая / Четверг					
Завтрак	302	Каша молочная Артек с маслом	210	12,38	12,50	63,27	416,00
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108,00
	1	Бутерброд с маслом	40	5,00	7,00	14,60	146,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,50	0,60	13,74	95,00
Итого за завтрак			500	18,94	22,62	95,83	685,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	117,00
	148	Суп-лапша домашняя	200	2,60	5,10	11,60	96,00
	57	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,25	8,48	24,08	210,00
	143	Гуляш из говядины	90	14,00	17,20	3,00	200,00
	648	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			740,00	31,94	37,63	99,35	856,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина