

"Согласовано"  
 Директор МОБУ Гимназии №1



"Утверждаю"  
 Председатель Совета ПО "Мелезовское"  
 И.Г.Файзуллин



Меню приготовления блюд  
 на " 13 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Неделя/день</b>		<b>Первая / Воскресенье</b>					
<b>Завтрак</b>	302	Каша молочная рисовая	250/7	7,2	10	50,1	321
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	90
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	40	2,1	0,36	11,1	57
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>10,75</b>	<b>11,96</b>	<b>78,52</b>	<b>468</b>
<b>Обед</b>	таб.32	Огурцы порционно	40	3,52	5,98	9,78	117
	368	Фрукт (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,6	4,3	11,6	96
	143	Гуляш из говядины	90	14	15	3	200
	57	Каша гречневая	150	6,25	8,48	24,08	210,53
	305,11	Кисель витаминиз.	200	0	0	23,5	95
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	3,5	0,6	18,5	95
тк.2	Хлеб ржаной обогаш.	30	2,07	0,27	12,39	61,5	
<b>Итого за Обед</b>			<b>940</b>	<b>32,54</b>	<b>35,23</b>	<b>117,55</b>	<b>945,53</b>
<b>Итого за День</b>				<b>43</b>	<b>47</b>	<b>196</b>	<b>1414</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>				<b>120 руб.30коп.</b>			

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