

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназия №1

А.Л.Шадрин



"Утверждаю"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"


И.Г.Файзуллин



Меню приготовления блюд  
на "10" Июля 2024 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Среда					
Завтрак	227	Каша молочная "Дружба" с маслом	210	6,20	8,44	32,77	232,00
	693	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70	98,00
	368	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			560	13,20	12,54	81,07	499,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	124	Щи из свежей капусты со сметаной	205	1,90	4,95	8,93	89,00
	462	Тефтели с рисом в соусе	100	15,90	19,10	39,50	346,00
	138	Макаронные изделия отварные	150	3,00	4,30	23,01	143,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	20	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			765,00	26,79	30,44	111,89	789,00
Итого стоимость рациона							150-22

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназия №1

*А.Л.Шадрин*  
А.Л.Шадрин



Меню приготовления блюд  
на "10" Июля 2024 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Среда					
Завтрак	227	Каша молочная "Дружба" с маслом	210	6,20	8,44	32,77	232,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	16,20	81,00
	368	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			560	11,00	10,64	87,57	482,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	124	Щи из свежей капусты	250	1,90	4,95	8,93	127,00
	462	Тефтели с рисом в соусе	100	15,90	17,00	39,50	346,00
	138	Макаронные изделия отварные	180	3,00	4,30	23,01	143,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	16,20	81,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	20	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			840,00	26,79	28,34	116,89	846,15
Итого стоимость рациона							150-22

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