

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназии №1

*А.И.Шадрин*



"Утверждаю"

Председатель Совета ПК "Мелеузовское"

*И.Г.Файзуллин*



Меню приготовления блюд  
на "25"Июня 2024 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Вторник					
Завтрак	206	Бутерброд с сыром	45	5,00	7,00	14,50	106,00
	302	Каша молочная рисовая с маслом	210	5,10	8,20	31,30	220,00
	686	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			505	14,50	17,10	81,30	509,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	148	Суп-лапша домашняя	200	2,60	4,30	11,60	96,00
	176	Картофельное пюре	150	3,00	7,30	23,01	157,00
	54	Рыба тушеная с овощами	100	12,20	10,10	55,20	138,00
	ТТК	Напиток "Витошка"	200	0,00	0,00	19,00	96,00
	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			760,00	22,39	22,39	138,06	637,00
Итого стоимость рациона							150-22

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

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназии №1

*А.Л.Шадрин*  
А.Л.Шадрин



**Меню приготовления блюд  
на "25 " Июня 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 / Вторник					
Завтрак	206	Бутерброд с сыром	45	5,00	7,00	14,50	106,00
	302	Каша молочная рисовая с маслом	260	6,31	10,15	38,75	293,00
	686	Чай с сахаром и молоком	200	0,06	0,01	15,18	98,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			<b>555</b>	<b>14,37</b>	<b>13,66</b>	<b>92,73</b>	<b>619,00</b>
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,60	4,30	11,60	117,00
	176	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	166,00
	54	Рыба тушеная с овощами	100	12,20	8,00	55,20	168,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,50
Итого за обед			<b>850</b>	<b>23,09</b>	<b>18,89</b>	<b>129,25</b>	<b>640,50</b>
Итого стоимость рациона							<b>150-22</b>

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