

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназии №1

Л.И. Шадрин



"Утверждаю"

Председатель Совета ПО "Мелезовское"


И.Б. Фаизуллин



Меню приготовления блюд
на " 28 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя/день | Вторая / Понедельник | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | Каша пшеничная молочная | 250/10 | 12,06 | 12,18 | 61,64 | 405,29 | 302 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,06 | 0,01 | 15,18 | 62,24 | 686 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | *** |
| | Хлеб пшеничный обогащенный | 30 | 2,1 | 0,36 | 11,1 | 57 | тк.1 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 14,3 | 19,8 | 88,05 | 590,63 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Помидоры порционно | 50 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | 79,1 | таб.32 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250/10 | 1,8 | 4,2 | 10,7 | 88 | 37 |
| | Сосиска отварная(детская) | 95 | 11 | 15,66 | 9 | 220,5 | 124 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,7 | 5,9 | 24 | 166 | 138 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 18,91 | 75 | 631 |
| | Хлеб пшеничный обогащенный | 30 | 3,5 | 0,6 | 18,5 | 95 | тк.1 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,07 | 0,27 | 12,39 | 61,5 | тк.2 |
| Итого за Обед | | 815,0 | 23,4 | 33,0 | 98,2 | 785,1 | |
| Итого за День | | 1315,0 | 37,7 | 52,8 | 186,3 | 1375,7 | |
| Итого стоимость рациона | | | | | | 120 руб.30коп. | |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина