



Администрация №1  
Е.И.Назрин



"Утверждаю"  
Председатель Совета ПО "Мелеузовское"  
И.Д.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "09" 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	
Неделя/день		Первая / Среда					
Завтрак	227	Запеканка из творога со сгущ.	150	13,45	12	27,5	270
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	368	Фрукт (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15,95</b>	<b>12,66</b>	<b>63,87</b>	<b>434</b>
Обед	таб.32	Помидоры порционно	40	0	0	2	10
	124	Щи из свежей капусты	250/10	1,9	4,95	8,93	89
	462	Тефтели с рисом в соусе	90	15,9	17	39,5	346,3
	138	Картофельное пюре	150	3	4,3	23,01	142,35
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,4	1,4	16,2	81
	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>810</b>	<b>27,77</b>	<b>28,52</b>	<b>120,53</b>	<b>825,15</b>
<b>Итого за День</b>				<b>44</b>	<b>41</b>	<b>184</b>	<b>1259</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>120 руб.30коп.</b>

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