

"Согласовано"

Директор МОБУ Гимназия № 3 _____ В.П.Сычков

Меню приготовления блюд
на "19" Мая 2021 год.

"Утверждено"
Протокол Совета Пед. работников
И.Г.Файзуллин



Возрастная категория с 7 до 11 лет:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Среда					
Завтрак		Бесплатное горячее питание					
	246	Огурцы свежие(порционно)	40	0	0	0	4
	83	Биточки (котлеты) рыбные*	90	9	4	9	108
	138,00	Картофельное пюре	150	3	6	22	153
	693,00	Какао с молоком	200	4	4	22	135
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2	0	14	71
	368,00	Фрукт	75	1	0	7	34
Итого за завтрак			585	19	14	74	506
Итого стоимость рациона							57,43 руб.

Возрастная категория с 12 до 18 лет:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Среда					
Завтрак		Огурцы свежие (порционно)	40	0	0	0	4
	54	Рыба, тушенная в томатном соусе	100	16	8	3	144
	138,00	Картофельное пюре	180	3	6	22	153
	693,00	Какао с молоком	200	4	4	22	136
	3,00	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	3	0	23	118
	***	Фрукт	100	1	0	7	34
Итого за завтрак			670	27	18	77	589
Итого стоимость рациона							64 руб.

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



