

"Согласовано"  
Директор МОБУ СОШ №8  
А.С. Батов

"Утверждаю"  
Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г. Фаизуллин

Меню приготовления блюд  
на "15" Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

| Прием пищи                      | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда                  | Вес блюда      | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------|--------------------|-------------------------------------|----------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                 |                    |                                     |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день                     |                    | Среда                               |                |                  |       |          |                            |
| Завтрак                         | 106                | Каша молочная "Дружба"              | 200/10         | 6,2              | 8,44  | 32,77    | 232                        |
|                                 | 685                | Чай с сахаром                       | 200            | 0                | 0     | 14,97    | 60                         |
|                                 | 1                  | Яблоко                              | 120            | 0,4              | 0,3   | 10,3     | 47                         |
|                                 | тк.1               | Хлеб пшеничный обогащ.              | 50             | 2,1              | 0,36  | 11,1     | 57                         |
| Итого за<br>Завтрак             |                    |                                     | 580            | 8,7              | 9,1   | 69,14    | 396                        |
| Обед                            | таб.32             | Помидоры порционно                  | 40             | 0                | 0     | 2        | 10                         |
|                                 | 124                | Щи из свежей капусты со<br>сметаной | 205            | 1,9              | 4,95  | 8,93     | 88,76                      |
|                                 | 462                | Тефтели с рисом в соусе             | 100            | 15,9             | 19,1  | 39,5     | 346,3                      |
|                                 | 138                | Макаронные изделия<br>отварные      | 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 обогащ.              | 30             | 3,5              | 0,6   | 18,5     | 95                         |
|                                 | тк.2               | Хлеб ржаной обогащ.                 | 30             | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 61,5                       |
| Итого за<br>Обед                |                    |                                     | 755            | 27,77            | 30,62 | 120,53   | 824,91                     |
| Итого за<br>День                |                    |                                     | 1335           | 36               | 40    | 190      | 1221                       |
| Итого стоимость рациона         |                    |                                     |                |                  |       |          |                            |
| Технолог общественного питания: |                    |                                     | 125 руб.60коп. |                  |       |          |                            |

В.Н. Жонина

серия 02 № 003145378

"Согласовано"  
Директор МОБУ СОШ № 8

А.С. Батов

"Утверждаю"  
Председатель Совета ПК "Мелеузовское"  
И.Г. Файзуллин

ДЛЯ  
ДОКУМЕНТОВ

Меню приготовления блюд  
на " 15 " Июня - 2022 год.

Возрастная категория с 12 и старше ЛДП и ЛТО

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда          | Вес блюда      | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|-----------------------------|----------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                             |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Пятница / Среда             |                |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 | 227         | Каша молочная "Дружба"      | 200/10         | 6,2              | 8,44  | 32,77    | 232                     |
|                         | 685         | Чай с сахаром               | 200            | 0                | 0     | 14,97    | 60                      |
|                         | 368         | Фрукт                       | 120            | 0,4              | 0,3   | 10,3     | 47                      |
|                         | тк.1        | Хлеб пшеничный обогащ.      | 50             | 2,1              | 0,36  | 11,1     | 57                      |
| Итого за Завтрак        |             |                             | 580            | 8,7              | 9,1   | 69,14    | 396                     |
| Обед                    | таб.32      | Помидоры порционно          | 20             | 0                | 0     | 2        | 10                      |
|                         | 124         | Щи из свежей капусты        | 250            | 1,9              | 4,95  | 8,93     | 89                      |
|                         | 462         | Тефтели с рисом в соусе     | 100            | 15,9             | 17    | 39,5     | 346,3                   |
|                         | 138         | Макаронные изделия отварные | 180            | 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 обогащ.      | 30             | 3,5              | 0,6   | 18,5     | 95                      |
|                         | тк.2        | Хлеб ржаной обогащ.         | 30             | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 61,5                    |
| Итого за Обед           |             |                             | 810            | 27,77            | 28,52 | 120,53   | 825,15                  |
| Итого за День           |             |                             | 1390           | 36               | 38    | 190      | 1221                    |
| Итого стоимость рациона |             |                             | 125 руб.60коп. |                  |       |          |                         |

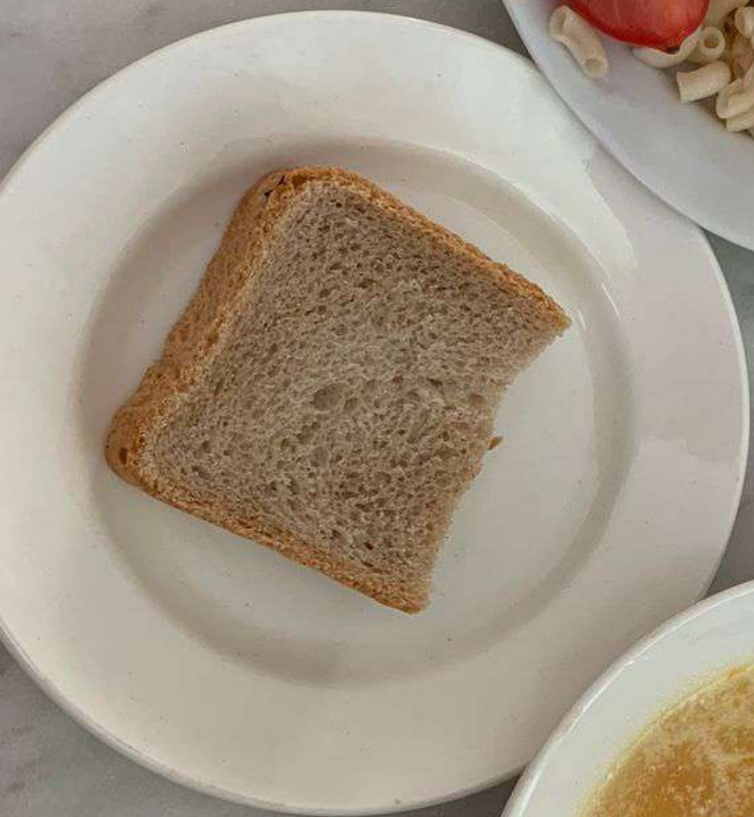
Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Пришкольный лагерь «Солнышко»  
МОБУ СОШ №8  
Приятного аппетита!







г. Иркутского ампетит

Пришкольный лагерь «Солнышко»  
МОБУ СОШ №68