

Школа

ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ д.Азиевеево МР Мечетлинский район
Республики Башкортостан

Утвердил: должность

Руководитель филиала

фамилия

А.Р.Султанов

дата

17/11/23

меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с морковью	150	11,1	15,1	5,2	201,1	54-3о	35,1
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн	5,82
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром	2,92
			фрукты	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	Пром	19,5
			закуска								
			итого		545	15,6	16,1	61,8	454,2		63,34
1	5	Обед	закуска	Икра свекольная	80	1,7	5,6	9,1	95,2	54-15з	12,34
			1 блюдо	Суп из овощей	200	1,4	3,7	8,1	71,2	54-17с	8,51
			2 блюдо	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,5	14	2,1	188,3	54-1м	56,54
			гарнир	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г	12,04
					200	0	0	24	95	ТК№ 305,11	9,87
			напиток	Кисель витаминизированный (Витоша)	25	1,7	0,3	8,4	43	Пром.	1,37
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.	2,92
			хлеб черн.	Хлеб ржаной							
			булочное								
			итого		790	27	28,9	106,6	795		103,59
1	5	Итого за день:			1335	42,6	45	168,4	1249,2		166,93