

Согласовано:

МБОУ Лицей № 12



Утверждаю:

ИП Кинзябаева Г.Р.



Тәмләкәс

## Меню 13 июня

Сезон: летний

Оздоровительный с дневным  
пребыванием

11 день (13 июня)						
Завтрак						
ТК№198	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,6	7,8	31,0	221,0
ТК№288	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	2,2	14,8	87,0
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	5,3	2,3	21,8	137,0
ДО5МП18	Масло сливочное (порционно)	8	0,1	5,2	0,1	60,0
ДО7ФРУКТ	Йогурт питьевой	100	3,2	2,4	4,5	55,0
	Итого за завтрак:	<b>538</b>	<b>18,0</b>	<b>19,9</b>	<b>72,2</b>	<b>560,0</b>
Обед						
ДО7АД19	Огурец свежий (порционно)	60	0,5	0,1	3,0	10,0
ДО7ДА19	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,9	8,8	6,8	96,0
ДО7ЕЯ19	Макаронные изделия отварные	150	5,3	4,1	32,2	190,0
ТК№11	Котлеты из птицы с соусом	100	7,4	8,2	8,3	139,0
ТК№296	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,1	20,6	89,0
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,0
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин.	50	3,3	0,7	21,0	115,0
	Итого за обед:	<b>790</b>	<b>23,5</b>	<b>23,4</b>	<b>105,0</b>	<b>721,0</b>
	Итого за прием пищи	<b>1328</b>	<b>41,46</b>	<b>43,25</b>	<b>177,2</b>	<b>1281</b>