



"Согласовано"  
Директор МОБУ Лицей №6  
И.Г.Исанова



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

Меню приготовления блюд  
на "03" Декабря 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;  
Бесплатное горячее питание

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Первая/ Среда                                      |           |                  |       |          |                         |
| Обед                    |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 54          | Рассольник "Ленинградский"со сметаной              | 210       | 1,72             | 6,24  | 12,42    | 97,00                   |
|                         | 95          | Гуляш из говядины                                  | 90        | 16,07            | 16,19 | 3,69     | 226,00                  |
|                         | 173         | Каша гречневая рассыпчатая                         | 150       | 8,20             | 6,90  | 35,90    | 239,00                  |
|                         | 648         | Кисель плодоягодный                                | 200       | 0,00             | 0,00  | 20,00    | 76,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед           |             |                                                    | 700       | 29               | 30    | 96       | 760                     |
| Итого стоимость рациона |             |                                                    |           |                  |       |          | 93-50                   |

Возрастная категория с 12 до 18 лет;  
Родительская плата; ММС,МО.

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Первая/Среда                                       |           |                  |       |          |                         |
| Обед                    |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 54          | Рассольник "Ленинградский"со                       | 260       | 2,13             | 5,25  | 15,38    | 120,00                  |
|                         | 95          | Гуляш из говядины                                  | 90        | 16,07            | 16,19 | 3,69     | 226,00                  |
|                         | 173         | Каша гречневая рассыпчатая                         | 180       | 9,79             | 8,24  | 42,85    | 285,00                  |
|                         | 648         | Кисель плодоваяогдный                              | 200       | 0,00             | 0,00  | 20,00    | 76,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 70        | 4,67             | 0,70  | 48,67    | 171,00                  |
| Итого за обед           |             |                                                    | 800       | 33               | 30    | 131      | 878                     |
| Итого стоимость рациона |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
| 100-10                  |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

