



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



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

Меню приготовления блюд
 на "12" Марта 2026г.

Возрастная категория СВО ; ОВЗ с 12 до 18 лет

| Прием пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|-------------|--|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя/день | | Первая/ Четверг | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 8 | Йогурт для детского питания | 100 | 3,20 | 3,20 | 4,50 | 62,00 |
| | 311 | Каша молочная "Дружба" с маслом | 205 | 20,20 | 24,40 | 62,70 | 291,00 |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,90 | 40,00 |
| | *** | Фрукты свежие | 100 | 0,56 | 0,56 | 13,72 | 81,80 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50 | 3,00 | 0,50 | 24,30 | 122,00 |
| Итого за завтрак | | | 655 | 26,96 | 28,66 | 105,22 | 556,80 |
| Обед | | | | | | | |
| | 21 | Салат витаминный | 60 | 0,98 | 2,70 | 6,67 | 54,00 |
| | 63 | Суп картофельный с крупой | 250 | 2,60 | 2,50 | 19,30 | 112,00 |
| | 212 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,98 | 5,17 | 44,50 | 253,00 |
| | 233 | Мясо птицы(филе),припущенное в томатном соусе | 90 | 22,03 | 19,99 | 11,30 | 280,00 |
| | 285 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,30 | 37,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50 | 3,00 | 0,50 | 24,30 | 122,00 |
| Итого за обед | | | 830 | 35,69 | 30,86 | 115,37 | 858,00 |
| Итого стоимость рациона | | | 189-20 | | | | |

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

