

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

"Утверждено"
Председатель Совета ПМК "Мелеузовское"
Д.З.Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "13" Января 2026год.

Возрастная категория СВО; ОВЗ с 12 лет и старше

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Завтрак							
	302	Каша молочная овсяная Геркулес	260	9,80	16,66	43,30	363,30
	306/3	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	84,78
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за завтрак			560	20,86	23,47	82,78	634,08
Обед							
	78	Свекла отварная порционная	100	1,30	4,50	7,60	91,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	5,25	17,53	9,29	178,00
	97	Жаркое по-домашнему с птицей	180	18,53	7,18	18,05	278,00
	294	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,10	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			800	29,58	29,91	95,34	814,00
Итого стоимость рациона			189-20				

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

