

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

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

Меню приготовления блюд
на "18" Мая 2026 год.

Вариативное меню

Возрастная категория: Старшие классы

Примерный прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день Вторник/Понедельник								
Завтрак 1 вариант								
	103	Фрикадельки мясные с соусом	100	9,25	9,84	7,96	210,00	
	511	Рис припущенный	180	6,84	6,60	43,80	262,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00	
Итого за завтрак			550	21,00	17,00	110,00	683,00	89-10
Завтрак 2 вариант								
	128	Котлеты куриные с соусом	100	13,63	5,6	2,47	79,13	
	107	Пюре гороховое	180	14,8	11,9	34,8	245,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00	
Итого за завтрак			550	33,10	18,20	95,84	535,13	89-10
Завтрак 3 вариант								
	106	Тефтели из говядины с томатным соусом	100	8,76	12,21	8,85	181,00	
	212	Макаронные изделия отварные	180	5,4	1,87	2,53	199,00	
	648	Кисель из плодово-ягодного концентрата	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 завтрак			550	19	15	80	627	89-10

Технолог общественного питания: *И.Г.Левинов* В.Н.Жонина

