



"Согласовано"  
Директор МБОУ Лицей №6  
И.Г.Мельник



"Утверждено"  
Президент Совета ПМК "Мензуловское"  
И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "16" января 2024 год.

Рацион: Школьное питание

Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Вторая/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 98          | Котлеты из говядины с маслом                       | 65        | 10,68            | 9,97  | 5,33     | 154,00                  |
|                         | 138         | Картофельное пюре                                  | 180       | 3,70             | 5,90  | 24,00    | 166,00                  |
|                         | 42          | Сыр порционно                                      | 10        | 2,63             | 2,66  | 0,00     | 35,00                   |
|                         | 274         | Чай витаминизированный                             | 200       | 0,20             | 0,00  | 10,00    | 38,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за завтрак        |             |                                                    | 505       | 20,21            | 19,03 | 63,63    | 515                     |
| Обед                    |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 4           | Овощи порционно                                    | 20        | 0,20             | 0,10  | 0,40     | 3,00                    |
|                         | 148         | Суп с клецками                                     | 250       | 2,77             | 5,28  | 15,61    | 121,00                  |
|                         | 233         | Мясо птицы(филе),припущенное в томатном соусе      | 100       | 22,03            | 19,99 | 3,26     | 280,00                  |
|                         | 297(176)    | Каша пшеничная рассыпчатая                         | 180       | 9,36             | 9,24  | 56,30    | 347,00                  |
|                         | 290         | Кофейный напиток                                   | 200       | 2,80             | 2,20  | 14,80    | 87,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 4,00             | 1,00  | 24,00    | 118,00                  |
| Итого за обед           |             |                                                    | 800       | 41,16            | 37,81 | 114,37   | 956                     |
| Итого стоимость рациона |             | 1                                                  | 180,00    |                  |       |          |                         |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жорницкий

