



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



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

Меню приготовления блюд
на "03" Марта 2026 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		Вторая/ Вторник					
Обед							
	54	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	210	1,72	4,24	12,42	102,30
	95	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	11,70	2,47	149,20
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,90	35,90	239,00
	631	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,10	17,20	69,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			710	27,75	23,54	97,19	705,5

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		Вторая/ Вторник					
Обед							
	54	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	260	2,13	5,25	15,38	123,00
	95	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	11,70	2,47	167,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	185	9,79	10,24	42,85	285,00
	631	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,10	17,20	68,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за обед			805	30,42	27,99	126,57	814

Итого стоимость рациона 100-10

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

