



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



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

Меню приготовления блюд  
на "06" Марта 2026 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет:

Бесплатное горячее питание

| Бесплатное горячее питание |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|----------------------------|------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Прием пищи                 | № рецептур | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                            |            |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день                |            | Вторая/ Пятница                                    |           |                  |       |          |                         |
| Обед                       |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                            | 56         | Борщ с капустой и картофелем со сметаной           | 210       | 4,70             | 6,10  | 9,90     | 153,00                  |
|                            | 98         | Биточки мясные с томатным соусом                   | 100       | 16,00            | 15,10 | 12,63    | 188,00                  |
|                            | 212        | Макаронные изделия отварные                        | 155       | 5,30             | 4,20  | 32,70    | 202,00                  |
|                            | 685        | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,98     | 40,00                   |
|                            | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед              |            |                                                    | 715       | 29               | 26    | 90       | 705                     |
| Итого стоимость рациона    |            |                                                    |           |                  |       |          | 93-50                   |

Итого стоимость рациона

Возрастная категория с 12 до 18 лет:

Родительская плата: ММС;МО.

|                         |     |                                                    |     |       |       |       |        |
|-------------------------|-----|----------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Неделя/день             |     | Вторая/ Пятница                                    |     |       |       |       |        |
| Обед                    |     |                                                    |     |       |       |       |        |
|                         | 56  | Борщ с капустой и картофелем со сметаной           | 260 | 5,82  | 7,55  | 22,26 | 187,30 |
|                         | 98  | Биточки мясные с томатным соусом                   | 100 | 16,00 | 15,10 | 12,63 | 188,00 |
|                         | 212 | Макаронные изделия отварные                        | 180 | 6,98  | 5,17  | 54,50 | 253,00 |
|                         | 685 | Чай с сахаром                                      | 200 | 0,10  | 0,00  | 9,98  | 40,00  |
|                         | 3   | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60  | 4,00  | 0,60  | 29,20 | 146,00 |
| Итого за обед           |     |                                                    | 800 | 33    | 28    | 129   | 814    |
| Итого стоимость рациона |     |                                                    |     |       |       |       | 100-10 |

Итого стоимость рациона

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

|                         |     |                                                    |     |       |       |       |        |
|-------------------------|-----|----------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Неделя/день             |     | Вторая/ Пятница                                    |     |       |       |       |        |
| Обед                    |     |                                                    |     |       |       |       |        |
|                         | 56  | Борщ с капустой и картофелем со сметаной           | 260 | 5,82  | 7,55  | 22,26 | 187,30 |
|                         | 98  | Биточки мясные с томатным соусом                   | 100 | 16,00 | 15,10 | 12,63 | 188,00 |
|                         | 212 | Макаронные изделия отварные                        | 180 | 6,98  | 5,17  | 54,50 | 253,00 |
|                         | 685 | Чай с сахаром                                      | 200 | 0,10  | 0,00  | 9,98  | 40,00  |
|                         | 3   | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60  | 4,00  | 0,60  | 29,20 | 146,00 |
| Итого за обед           |     |                                                    | 800 | 33    | 28    | 129   | 814    |
| Итого стоимость рациона |     |                                                    |     |       |       |       | 100-10 |

