



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



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

Меню приготовления блюд  
 на "06" Апреля 2026 год.

Вариативное меню

Возрастная категория: Старшие классы

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторая/Понедельник						
<b>Завтрак 1 вариант</b>								
	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	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>21,00</b>	<b>17,00</b>	<b>110,00</b>	<b>683,00</b>	<b>89-10</b>
<b>Завтрак 2 вариант</b>								
	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	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>33,10</b>	<b>18,20</b>	<b>95,84</b>	<b>535,13</b>	<b>89-10</b>
<b>Завтрак 3 вариант</b>								
	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 плодовоягодного 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	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>19</b>	<b>15</b>	<b>80</b>	<b>627</b>	<b>89-10</b>

Технолог общественного питания: *Исмаилов* В.Н.Жонина

