



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



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

Меню приготовления блюд
на "22" Января 2026год.

Возрастная категория СВО; ОВЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Четверг					
Завтрак							
	4	Бутерброд с сыром	40	5,00	3,00	14,50	107,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	10,40	6,80	45,40	288,00
	233	Мясо птицы(филе), припущенное в томатном соусе	90	22,03	19,99	3,26	280,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			570	39,00	30,00	88,00	788,00
Обед							
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	5,25	7,53	9,29	156,00
	103	Фрикадельки мясные с соусом	100	10,57	14,10	7,80	202,00
	511	Рис припущенный	180	7,14	6,48	51,90	242,46
	631	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,10	17,20	68,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			800	27,16	28,81	115,39	814
Итого стоимость рациона				189-20			

Технолог общественного питания: Исханова В.Н.Жонина

