



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



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

Меню приготовления блюд
 на "24" Марта 2026год.

Возрастная категория **ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет**

| Прием пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя/день | | Первая/ Вторник | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 302 | Каша молочная овсяная "Геркулес" | 205 | 7,73 | 13,14 | 34,14 | 286,41 |
| | 306/2 | Яйцо отварное | 40 | 6,86 | 6,21 | 0,38 | 84,78 |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,90 | 40,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60 | 4,00 | 0,60 | 29,20 | 146,00 |
| Итого за завтрак | | | 505 | 18,79 | 19,95 | 73,62 | 557,19 |
| Обед | | | | | | | |
| | 78 | Свекла отварная порционная | 60 | 0,78 | 2,70 | 4,56 | 85,60 |
| | 53 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 210 | 4,24 | 16,08 | 7,50 | 173,01 |
| | 97 | Жаркое по-домашнему с птицей | 180 | 17,50 | 5,80 | 14,58 | 181,77 |
| | 294 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,10 | 31,20 | 121,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60 | 4,00 | 0,60 | 29,20 | 146,00 |
| Итого за обед | | | 710 | 27,02 | 25,28 | 87,04 | 707,38 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | | 176-00 |

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

