



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



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

Меню приготовления блюд  
на "27" Ноября 2025 год.

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          | Овощи порционно                                    | 60        | 0,72             | 0,12  | 2,28     | 15,00                   |
|                         | 212        | Макаронные изделия отварные                        | 180       | 6,98             | 5,17  | 44,50    | 253,00                  |
|                         | 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       | 31,83            | 25,58 | 74,54    | 661,00                  |
| Обед                    | 53         | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной       | 260       | 5,25             | 7,53  | 9,29     | 176,00                  |
|                         | 103        | Фрикадельки мясные с соусом                        | 100       | 10,57            | 13,10 | 7,80     | 193,00                  |
|                         | 511        | Рис припущенный                                    | 180       | 4,14             | 6,48  | 41,90    | 243,00                  |
|                         | 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       | 24,16            | 27,81 | 105,39   | 826                     |
| Итого стоимость рациона |            |                                                    |           | 189-20           |       |          |                         |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

