



"Согласовано"
 Директор МОБУ Лицен.Ц. №6
 И.Г.Иванова



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

Меню приготовления блюд
 на "20" Марта 2025 год.

Вариативное меню

Возрастная категория с 9 по 11 классы.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторая/Четверг						
Завтрак 1 вариант								
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00	
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00	
	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,40	0,40	19,44	98,00	
Итого за завтрак			550	27	21	102	717	89-10
Завтрак 2 вариант								
	196	Каша молочная "Дружба" с маслом	205	6,2	8,44	32,77	232	
	8	Йогурт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
	42	Бутерброд с сыром	40	5	3	14,5	127,00	
	284	Чай с молоком и сахаром	200	1,40	1,40	11,20	61,00	
	3	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,40	0,40	19,44	98,00	
Итого за завтрак			615	21	17	101	668	89-10
Завтрак 3 вариант								
	469	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	9,25	9,84	7,96	210,00	
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,84	6,60	43,80	262,00	
	285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00	
	3	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,40	0,40	19,44	98,00	
Итого за завтрак			550	22	17	99	695	89-10

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

