



"Сотландо"
Директор МОБУ Лицей №6
И.Г. Даванова



"Узdevисим"
Представитель Совета ПК "Местраженне"
В.Г. Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "22" Апрель 2025 год.

Вариативное меню

Возрастная категория : Старшие классы,

Пример пищи	№ рецепту ра	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	Цена запорция
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторник/Вторник						
Завтрак 1 вариант								
	388	Котлеты рыбные	80	12,70	8,50	12,20	177,00	
	234	Соус томатный	40	0,40	1,87	2,53	29,00	
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00	
	274	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00	
	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			570	23	17	86	668	89-10
Завтрак 2 вариант								
	4	Овощи в нарезке порционно(огурцы свежие)	100	0,4	0,2	0,8	95	
	213	Макaronные изделия,запеченные с	205	9,62	16,09	32,3	317,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,10	9,90	40,00	
	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			575	16	17	81	638	89-10
Завтрак 3 вариант								
	106	Тфртели из говядины с томатным соусом	100	8,76	12,21	8,85	181,00	
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288,00	
	648	Кисель из плодовоягодного	200	0,00	0,00	20,00	76,00	
	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	25	20	112	731	89-10

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

