



"Садко-Татарстан"  
Департамент МОБУ Лицей №6  
И.Г.Жошпа

"Утирбаш"  
Президент Совета ПК "Мезгезовское"  
И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд  
на "12" Мая 2026г.г.

Возрастная категория СВО: ОВЗ с 12 лет и старше

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первый/ Вторник					
<b>Завтрак</b>							
	302	Каша молочная овсяная Геркулес	260	9,80	16,66	43,30	363,30
	306/3	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
<b>Итого за завтрак</b>			<b>560</b>	<b>20,86</b>	<b>23,47</b>	<b>82,78</b>	<b>634,08</b>
<b>Обед</b>							
	78	Свекла отварная порционная	100	1,30	4,50	7,60	78,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	5,25	7,53	29,50	198,00
	97	Жаркое по-домашнему с птицей	180	18,53	17,20	18,05	272,00
	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
<b>Итого за обед</b>			<b>800</b>	<b>29,58</b>	<b>29,93</b>	<b>115,55</b>	<b>815,00</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>189-20</b>

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

