

"Согласовано"  
 Директор МОБУ Лицей №6  
 И.Г.Исмаилов

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

Меню приготовления блюд  
 на "25" Май 2026 год.

Вариативное меню

Возрастная категория: Старшие классы

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/Понедельник						
<b>Завтрак 1 вариант</b>								
	ГТК2	Котлеты из птицы с томатным соусом	100	17,29	5,32	10,41	160,00	
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,33	5,01	39,03	241,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,00	0,60	29,20	146,00	
<b>Итого за</b>			<b>555</b>	<b>32,00</b>	<b>15,00</b>	<b>91,00</b>	<b>654,00</b>	<b>89-10</b>
<b>Завтрак 2 вариант</b>								
	580	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	11,7	12,47	279,00	
	511	Рис припущенный	200	7,14	12,10	51,90	242,46	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	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>550</b>	<b>24,87</b>	<b>24,40</b>	<b>103,47</b>	<b>707,46</b>	
<b>Завтрак 3 вариант</b>								
	3	Огурцы свежие порционно	80	1,38	3,08	7,01	62,00	
	213	Макароны, запеченные с сыром	205	9,62	16,09	32,30	317,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,00	0,60	29,20	146,00	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>555</b>	<b>15,00</b>	<b>20,00</b>	<b>78,00</b>	<b>565,00</b>	<b>89-10</b>

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

