



"Согласовано"
Директор МОБУ Ланка №6
И.А. Жонина



"Утверждено"
Председатель Совета ПК "Молодежное"
И.А. Факультет

Меню приготовления блюд
на "11" Февраля 2026 год.

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		Первая/ Среда					
Завтрак							
	4	Огурцы соленные	100	2,10	6,27	16,22	107,13
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	11,50	16,25	41,27	352,68
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	6,70	61,50
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за завтрак			550	18,57	23,22	112,86	692,31
Обед							
	54	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	260	2,13	5,25	15,38	120,00
	106	Тефтели из говядины с рисом	90	16,07	16,19	3,69	225,70
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,79	8,24	42,85	285,14
	648	Кисель плодовоовощный	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за обед			800	32,66	30,38	130,59	877,84
Итого стоимость рациона							189,20

Технолог общественного питания: Жонина В.Н. Жонина

