



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



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

Меню приготовления блюд
на "11" Декабря 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;

Бесплатное горячее питание

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Четверг					
Завтрак							
	4	Овощи порционно	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,90	35,90	238,00
	233	Мясо птицы (филе),припущенное в томатном соусе	90	22,03	19,99	3,26	280,00
	685	Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			540	33	27	66	646
Итого стоимость рациона			82-50				

Возрастная категория с 12 до 18 лет;

Родительская плата; ММС;МО.

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/Четверг					
Завтрак	4	Овощи порционно	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,84	8,28	43,08	286,00
	233	Мясо птицы (филе),припущенное в томатном соусе	90	22,03	19,99	3,26	280,00
	685	Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			570	35	29	73	694
Итого стоимость рациона			89-10				

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

