

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

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

Меню приготовления блюд
на "12" Января 2026 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;

Бесплатное горячее питание

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Обед							
	78	Свекла отварная порционно	60	0,78	2,70	4,56	82,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	210	4,24	10,20	19,20	223,70
	97	Жаркое по-домашнему с птицей	180	17,50	19,40	36,50	242,70
	294	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,10	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,30	146,00
Итого за обед			710	27,02	33,40	120,76	815,40
Итого стоимость рациона							93-50

Возрастная категория с 12 до 18 лет ;
Родительская плата; ММС; МО,СВО.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Обед							
	78	Свекла отварная порционно	100	1,30	4,50	7,60	96,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и	260	5,25	17,20	23,80	277,00
	97	Жаркое по-домашнему с птицей	180	18,53	19,40	36,50	242,70
	294	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,10	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			800	29,58	42,20	128,30	882,70
Итого стоимость рациона							100-10

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

