



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



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

Меню приготовления блюд
на "30" Января 2026 год.

Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Пятница					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	297	Каша перловая рассыпчатая	180	5,40	4,70	37,20	216,00
	287	Кофейный напиток на молоке	200	3,20	2,80	18,50	109,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за завтрак			550	22,00	21,00	114,00	655,00
Обед							
	63	Суп картофельный с бобовыми	250	5,51	4,74	25,74	150,00
	388	Котлеты рыбные	60	12,70	8,50	12,20	177,00
	234	Соус томатный	40	0,40	1,87	2,53	29,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за обед			790	33,68	22,61	144,44	855
Итого стоимость рациона							189-20

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

