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

"Утверждаю"
ИП Бикташева С.В.
_____ С.В. Бикташева

МЕНЮ на 19.11.2026
Четверг, Неделя 2

Горячее питание
Категория: с 12-18 лет, СВО

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1 смена						
43	Салат из белокачаееой капусты	100	2	4,5	10,16	89,33
297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288
4	Котлеты куриные с томатным соусом	100	11,12	13,6	9	202,89
283	Чай с сахаром	200	0,19	0	13	50,4
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	50	3,3	0,5	24,3	122
	Масса порций	**630**				
Итого за Завтрак			**27,01**	**25,4**	**101,86**	**752,62**
Итого стоимость рациона						**89-10**
Обед 2 смена						
124	Щи из свежей капусты с картофелем	260	1,85	5,57	8,42	92,85
6	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	10,07	13	10,37	199
332	Рис отварной	180	4,32	7,2	44,16	263
278	Компот из смеси сухофруктов	200	0,22	0	36,26	138,14
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	60	4	0,6	29,2	146
Итого за обед		**800**	**20,46**	**26,37**	**128,41**	**838,99**
Итого за день		**1430**	**47,47**	**51,77**	**230,27**	**1591,61**
Итого стоимость рациона						**100-10**

Технолог общественного питания _____ Е.П. Акилова



