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

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

МЕНЮ на 20.11.2026

Горячее питание **Пятница/Неделя 2**

Категория: с 12-18 лет, СВО

№ рец.		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1 смена						
311	Каша пшенная молочная	200	4,9	5,1	23,8	200
ТТК	Кисселечек витаминизированный	200	0	0	19	80
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	69
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	50	3,3	0,5	24,3	122
	Масса порций	**550**				
Итого за Завтрак			**8,6**	**6**	**76,9**	**471**
Итого стоимость рациона						**89-10**
Обед 2 смена						
110	Борщ с капустой и картофелем	260	2,6	7,15	13,74	143
98	Котлеты мясные с томатным соусом	100	10,07	13	10,37	199,33
322	Макаронные изделия отварные	180	6,58	4,68	39,36	229,9
283	Чай с сахаром	200	0,19	0	13	50,4
3	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	60	4	0,6	29,2	146
		800	**23,44**	**25,43**	**105,67**	**768,63**
Итого за день		**1350**	**32,04**	**31,43**	**182,57**	**1239,63**
Итого стоимость рациона						**100-10**

Технолог общественного питания _____ Е.П. Акилова



