Утверждаю
И. о. директора МБОУ СШ № 6 г. Котово
\_\_\_\_О. С. Гаджирамазанова
М.П.

## Меню МБОУ СШ № 6 на 16.10.2025 г. (меню 4-го дня 10-ти дневного меню)

L	№ рец.	Наименование блюд	Вес блюда				ценность	Витамины (мг)
L	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	229/106	БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)	90	9,1/11,60	11,6/11,80	10,9/13,0	142,3/159,00	
Питание для 1	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	160	3,04	4,50	24,55	151,40	
4 классов	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №685	200	0,3	0	15.2	60	
(завтрак,	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0.50	21.15	116,33	
бюджетные	0	Стоимость – 127,65 руб.	500	16,39/18,89	16,6/16,8	71.8/73.9	470,03/486,73	
средства)		Стоимоств – 127,03 руб.	300	10,57/10,07	10,0/10,0	71,0/75,7	470,037400,73	
ередетва)			l	l	l		l	I
	№ рец.	Наименование блюл	Вес блюда	Пип	евые вещес	гва/г/	Энергет. ценность	Витамины (м
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	229/106	БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)	100	10,2/12,9	12,9/13,10	13,3/14,4	175,00/176,60	12 10 //01
Питание для 5-	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200	3,80	5,74	30,68	192,80	
11 классов	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	
(завтрак,	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,5	21,15	116,33	
бюджетные								
средства)		Стоимость – 127,65 руб.	550	18,25/20,95	19,14/19,34	80,33/81,43	544,13/545,73	
						Энергет.		
<u>_</u>	№ рец.	Наименование блюд	Вес блюда		евые вещес		ценность	Витамины (м
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	TK №54-3C	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60	
	685	ЧАЙ C CAXAPOM TK № 685	200	0,2	0	15	58	
	TTK №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	
		Стоимость – 58,00 руб.	430	7,29	6,06	43,09	254,50	
			Вес блюда			Энергет. ценность	Витамины (м	
	№ рец.	Наименование блюд		Пищевые вещества/г/				
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	TK №54-3C	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	
	685	ЧАЙ C CAXAPOM № 685	200	0,2	0	15	58	
Питание для	TTK №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	
OB3		Стоимость – 58,00 руб.	490	9,22	7,60	51,30	302,60	
							1	1
							Энергет.	
	№ рец.	Наименование блюд	Вес блюда		евые вещес		Ценность	Витамины (м
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
		Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне №						
	82	82	200	1,44	15,74	8,75	83	
	307/363	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6	
	307/363 304	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304	90/30 150	11,3 3,80	11,3 5,40	14,1 38,90	205,6 219,30	
Питание 1-4	307/363 304 685	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685	90/30 150 200	11,3 3,80 0	11,3 5,40 0	14,1 38,90 15	205,6 219,30 58	
Питание 1-4 классы (обед,	307/363 304	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пивеничный	90/30 150 200 30	11,3 3,80 0 3,9	11,3 5,40 0 0,5	14,1 38,90 15 24,1	205,6 219,30 58 116,8	
классы (обед, (родительская	307/363 304 685	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685	90/30 150 200	11,3 3,80 0	11,3 5,40 0	14,1 38,90 15	205,6 219,30 58	
классы (обед,	307/363 304 685	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пивеничный	90/30 150 200 30	11,3 3,80 0 3,9	11,3 5,40 0 0,5	14,1 38,90 15 24,1	205,6 219,30 58 116,8 682,7	
классы (обед, родительская	307/363 304 685 TTK №6	82	90/30 150 200 30 580,0	11,3 3,80 0 3,9 20,4	11,3 5,40 0 0,5 32,9	14,1 38,90 15 24,1 100,9	205,6 219,30 58 116,8 682,7	Витамины (м
классы (обед, (родительская	307/363 304 685	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пивеничный	90/30 150 200 30 580,0 Вес блюда	11,3 3,80 0 3,9 20,4	11,3 5,40 0 0,5	14,1 38,90 15 24,1 100,9	205,6 219,30 58 116,8 <b>682,7</b> Энергет. Ценность	Витамины (м 12-18 лет
классы (обед, (родительская	307/363 304 685 TTK №6	82	90/30 150 200 30 580,0	11,3 3,80 0 3,9 20,4	11,3 5,40 0 0,5 32,9	14,1 38,90 15 24,1 100,9	205,6 219,30 58 116,8 682,7	
классы (обед, (родительская	307/363 304 685 ТТК №6	82 Тефтели с рисом, соусом томативым №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничимй Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд 2 Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежній,	90/30 150 200 30 <b>580,0</b> Bec блюда 12-18 лет	11,3 3,80 0 3,9 <b>20,4</b> Пиш 12-18 лет	11,3 5,40 0 0,5 32,9 евые вещес:	14,1 38,90 15 24,1 100,9	205,6 219,30 58 116,8 682,7 Энергет. Ценность 12-18 лет	
классы (обед, (родительская	307/363 304 685 TTK №6	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничнай Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд 2 Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор	90/30 150 200 30 580,0 Вес блюда	11,3 3,80 0 3,9 20,4	11,3 5,40 0 0,5 32,9	14,1 38,90 15 24,1 100,9	205,6 219,30 58 116,8 <b>682,7</b> Энергет. Ценность	
классы (обед, родительская	307/363 304 685 TTK №6 № peu. 1	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничный Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд 2 Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый.)	90/30 150 200 30 <b>580,0</b> Вес блюда 12-18 лет	11,3 3,80 0 3,9 20,4 Пиш 12-18 лет 0,60	11,3 5,40 0 0,5 32,9 севые вещест 12-18 лет 0,10	14,1 38,90 15 24,1 100,9 1EBA/r/ 12-18 лет 1,75	205,6 219,30 58 116,8 682,7 Энергет. Ценность 12-18 лет 13,20	
классы (обед, (родительская плата)	307/363 304 685 TTK №6 Ne peu. 1 70,71,80 307/363	82 Тефтели с рисом, соусом томативым №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничиый Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд Овощи по сезону (отурец сежений, помидор свежний, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый.) Тефтели с рисом, соусом томативым №307К/363К	90/30 150 200 30 580,0 Вес блюда 12-18 лет 60	11,3 3,80 0 3,9 20,4 Hum 12-18 лет 0,60	11,3 5,40 0 0,5 32,9 26 12-18 лет 0,10	14,1 38,90 15 24,1 100,9 12-18 ner 1,75	205,6 219,30 58 116,8 682,7 Энергет. Ценность 12-18 лет 13,20	
классы (обед, (родительская плата)	307/363 304 685 TTK №6 № рец. 1 70,71,80 307/363 304	82 Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничнай Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд 2 Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста кващеная, отурец соленый, помидор соленый.) Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К Рис отварной №304	90/30 150 200 30 580,0 Вес блюда 12-18 лет 60 90/30 150	11,3 3,80 0 3,9 20,4 Hum 12-18 лет 0,60 11,3 3,80	11,3 5,40 0 0,5 32,9 12-18 лет 0,10 11,3 5,40	14,1 38,90 15 24,1 100,9 12-18 лет 1,75 14,1 38,90	205,6 219,30 58 116,8 682,7 Энергет. Ценность 12-18 лет 13,20 205,6 219,30	
классы (обед,	307/363 304 685 TTK №6 Ne peu. 1 70,71,80 307/363	82 Тефтели с рисом, соусом томативым №307К/363К Рис отварной №304 Чай с сахаром №685 Хлеб пшеничиый Стоимость — 130,00 руб.  Наименование блюд Овощи по сезону (отурец сежений, помидор свежний, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый.) Тефтели с рисом, соусом томативым №307К/363К	90/30 150 200 30 580,0 Вес блюда 12-18 лет 60	11,3 3,80 0 3,9 20,4 Hum 12-18 лет 0,60	11,3 5,40 0 0,5 32,9 26 12-18 лет 0,10	14,1 38,90 15 24,1 100,9 12-18 ner 1,75	205,6 219,30 58 116,8 682,7 Энергет. Ценность 12-18 лет 13,20	

Повар МБОУ СШ № 6 г. Котово	 Н. В. Сабинина
Ответственный за питание в МБОУ СШ № 6 г. Котово	И. С. Филиппова