

Утверждаю  
Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово  
\_\_\_\_\_ О. С. Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 08.12.2025 г. (меню 6-го дня 10-ти дневного меню)

|                                                       | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|-------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет     | 7-11 лет      | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
| Питание для 14 классов (завтрак, бюджетные средства)  | 181       | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181                                                                  | 160        | 7,20                | 8,70         | 33,81        | 211,64        |                   |               |
|                                                       | 3         | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                                                                       | 35/5/10    | 5,80                | 8,00         | 11,60        | 147,00        |                   |               |
|                                                       | 379       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379                                                                    | 200        | 3,16                | 2,66         | 15,94        | 100,6         |                   |               |
|                                                       | 338       | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                                                                         | 120        | 0,60                | 0,60         | 14,30        | 68,40         |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 127,65 руб.</b>                                                                      | <b>530</b> | <b>16,76</b>        | <b>19,96</b> | <b>75,65</b> | <b>527,64</b> |                   |               |
|                                                       |           |                                                                                                     |            |                     |              |              |               |                   |               |
| Питание для 511 классов (завтрак, бюджетные средства) | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет         | 12-18 лет     |
|                                                       | 181       | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181                                                                  | 180        | 9,50                | 9,20         | 35,66        | 238,06        |                   |               |
|                                                       | 3         | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                                                                       | 35/5/10    | 5,80                | 8,00         | 11,60        | 147,00        |                   |               |
|                                                       | 379       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379                                                                    | 200        | 3,16                | 2,66         | 15,94        | 100,60        |                   |               |
|                                                       | 338       | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                                                                         | 120        | 0,6                 | 0,6          | 14,3         | 68,4          |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 127,65 руб.</b>                                                                      | <b>550</b> | <b>19,06</b>        | <b>20,46</b> | <b>77,50</b> | <b>554,06</b> |                   |               |
| Питание для ОВЗ                                       | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет     | 7-11 лет      | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
|                                                       | TK №54-1С | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С                                                                      | 200        | 4,64                | 5,60         | 5,72         | 92,16         |                   |               |
|                                                       | 686       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                        | 200        | 0,3                 | 0            | 15,2         | 60            |                   |               |
|                                                       | ТТК №6    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                   | 30         | 2,37                | 0,30         | 14,49        | 70,09         |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 58,00 руб.</b>                                                                       | <b>430</b> | <b>7,31</b>         | <b>5,90</b>  | <b>35,41</b> | <b>222,25</b> |                   |               |
|                                                       | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет         | 12-18 лет     |
|                                                       | TK №54-1С | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С                                                                      | 250        | 5,80                | 7,00         | 7,15         | 115,20        |                   |               |
|                                                       | 686       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК №686                                                                     | 200        | 0,3                 | 0            | 15,2         | 60            |                   |               |
|                                                       | 6         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                   | 40         | 3,12                | 0,40         | 19,28        | 87,60         |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 58,00 руб.</b>                                                                       | <b>490</b> | <b>9,22</b>         | <b>7,40</b>  | <b>41,63</b> | <b>262,80</b> |                   |               |
|                                                       |           |                                                                                                     |            |                     |              |              |               |                   |               |
|                                                       |           |                                                                                                     |            |                     |              |              |               |                   |               |
| Питание 1-4 классы (обед, родительская плата)         | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. Ценность | Витамины (мг) |
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет     | 7-11 лет      | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
|                                                       | 88        | ЩИ из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне №88                                                | 200        | 1,4                 | 4,0          | 6,3          | 71,8          |                   |               |
|                                                       | 307/363   | Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К                                                         | 90/30      | 11,3                | 11,3         | 14,1         | 205,6         |                   |               |
|                                                       | 303       | Каша вязкая гречневая №303                                                                          | 150        | 4,9                 | 5,3          | 21,8         | 155,0         |                   |               |
|                                                       | 348       | Компот из смеси сухофруктов №348                                                                    | 200        | 0,5                 | 0,1          | 27,4         | 112,6         |                   |               |
|                                                       | ТТК №6    | Хлеб пшеничный                                                                                      | 30         | 3,9                 | 0,5          | 24,1         | 116,8         |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 130,00 руб.</b>                                                                      | <b>790</b> | <b>22,0</b>         | <b>21,2</b>  | <b>93,7</b>  | <b>661,8</b>  |                   |               |
| Питание для 511 классов (родительская плата)          | № рец.    | Наименование блюд                                                                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              |               | Энергет. Ценность | Витамины (мг) |
|                                                       | 1         | 2                                                                                                   | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет         | 12-18 лет     |
|                                                       | 70,71,80  | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60         | 0,6                 | 0,1          | 1,8          | 13,2          |                   |               |
|                                                       | 307/363   | Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К                                                         | 90/30      | 11,3                | 11,3         | 14,1         | 205,6         |                   |               |
|                                                       | 303       | Каша вязкая гречневая №303                                                                          | 150        | 4,9                 | 5,3          | 21,8         | 155,0         |                   |               |
|                                                       | 348       | Компот из смеси сухофруктов №348                                                                    | 200        | 0,5                 | 0,1          | 27,4         | 112,6         |                   |               |
|                                                       | ТТК №6    | Хлеб пшеничный                                                                                      | 30         | 3,9                 | 0,5          | 24,1         | 116,8         |                   |               |
|                                                       |           | <b>Стоимость – 120,00 руб.</b>                                                                      | <b>790</b> | <b>21,2</b>         | <b>17,3</b>  | <b>89,2</b>  | <b>603,2</b>  |                   |               |

Повар МБОУ СШ № 6 г. Котово

Н. В. Сабинина

Ответственный за питание в МБОУ СШ № 6 г. Котово

И. С. Филиппова