

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

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 29.01.2026 г. (меню 4-го дня 10-ти дневного меню)

	№ рец.	Наименование блюда	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 4 классов (завтрак, бюджетные средства)	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		
	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	160	3,04	4,50	24,55	151,40		
	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №685	200	0,3	0	15,2	60		
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33		
		Стоимость – 136,37 руб.	500	16,39/18,89	16,6/16,8	71,8/73,9	470,03/486,73		
	№ рец.	Наименование блюда	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
Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	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		
	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200	3,80	5,74	30,68	192,80		
	686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00		
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,5	21,15	116,33		
		Стоимость – 136,37 руб.	550	18,25/20,95	19,14/19,34	80,33/81,43	544,13/545,73		
	№ рец.	Наименование блюда	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 ОБЗ	ТК №54-3С	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60		
	685	ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685	200	0,2	0	15	58		
	ТТК №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		
	№ рец.	Наименование блюда	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
	ТК №54-3С	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00		
	685	ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,2	0	15	58		
	ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60		
		Стоимость – 58,00 руб.	490	9,22	7,60	51,30	302,60		
	№ рец.	Наименование блюда	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 1-4 классы (обед, родительская плата)	82	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне № 82	200	1,44	15,74	8,75	83		
	307/363	Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6		
	304	Рис отварной №304	150	3,80	5,40	38,90	219,30		
	685	Чай с сахаром №685	200	0	0	15	58		
	ТТК №6	Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8		
		Стоимость – 140,00 руб.	580,0	20,4	32,9	100,9	682,7		
	№ рец.	Наименование блюда	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
Питание для 5-11 классов (родительская плата)	70,71,80	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20		
	307/363	Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6		
	304	Рис отварной №304	150	3,80	5,40	38,90	219,30		
	685	Чай с сахаром №685	200	0,00	0,00	15,00	58,00		
	ТТК №6	Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80		
		Стоимость – 130,00 руб.	440	19,60	17,30	93,85	612,90		

Повар МБОУ СШ № 6 г. Котово _____

Н. В. Сабинина

Ответственный за питание в МБОУ СШ № 6 г. Котово _____

И. С. Филиппова