

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 30.11.2022 (меню 8-го дня 10-ти дневного меню)

Питание для 1-4 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	ккал	с
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99
	282/332/2017м	Котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100/20	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
	310/2017м	Картофель отварной	150	3	0,6	23,7	112,2	21,75
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,3
	378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
		Стоимость - 77,09 руб.	560	17,916	17,59	66,51	518,93	34,71

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	0,8	6,01	8,26	92,8	6,65
	282/332/2017м	Котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100/20	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
	310/2017м	Картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64	21,75
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
		Стоимость - 77,09 руб.	640	19,246	20,36	79,89	605,09	37,37

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	71/2017м	Помидор свежий	20	0,22	0,033	0,76	4,4	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	60/20	10,80	7,12	7,79	158,40	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	100	5,73	6,08	31,96	205,5	
	376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
	701/2017м	Хлеб пшеничный	20	2,5	1,24	11,64	73,3	
		Стоимость - 60 руб.	420	19,32	14,493	67,15	501,6	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	71/2017м	Помидор свежий	60	0,66	0,1	2,28	13,2	
	88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,84	5,04	8,24	87,2	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	7,81	12,28	10,62	180	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,96	205,5	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	31,4	124	0,03
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,34	13,05	65,7	
		Стоимость – 58 руб.	770	20,97	24,14	112,19	748,2	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	71/2017м	Помидор свежий	100	1,1	0,16	3,8	22	
	88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,3	6,3	10,3	109	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	7,81	12,28	10,62	180	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,87	7,3	38,35	246,6	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	31,4	124	
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6	
		Стоимость – 58 руб.	920	23,64	26,79	126,51	841,8	

Повар МБОУ СШ №6 г.Котово _____ Н.В. Сабина

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