

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 07.12.2022 (меню 3-го дня 10-ти дневного меню)

Питание для 1-4 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
	по сбор.	Вариант 3		Б	Ж	У		
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
	183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	8,25	8,55	33,11	244,50	0,42
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
	701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	560,0	17,4	20,9	87,3	609,1	7,9

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность с	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 3		Б	Ж	У		
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
	183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,00	11,40	44,40	326,00	0,48
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
	701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	610,0	20,1	23,8	98,6	609,1	7,9

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 3		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	101/2004л	Икра кабачковая	20	0,32	3,25	0,63	12,48	
	229/2017м	Рыба тушёная с овощами	100	9,75	4,96	3,8	105	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	2,44	5,02	25,37	156	
	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.	440	15,08	14,49	56,4	406,8	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 3		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	ТТК стр.610сб.р. Лапшина 2004	Зелёный горошек консервированный	60	1,8	2,34	3,78	42,12	
	101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	2,0	2,4	14,6	90,4	
	247/2011м	Рыба тушеная с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,54	7,29	36,83	226,87	
	342/2011 М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2010 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	22,37	17,97	116	722,4	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 3		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	ТТК стр.610сб.р. Лапшина 2004	Зелёный горошек консервированный	100	3	3,9	6,3	70,2	
	101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,5	3,0	18,3	113,0	
	247/2011м	Рыба тушеная с овощами	100	10,6	10,6	5,6	112	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,24	9,11	46,03	272,24	
	342/2011 М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2010 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.	900	25,4	27,56	135,7	840,3	

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

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