

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 15.12.2022 (меню 9-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 9 | | Б | Ж | У | | |
| | 1 | 2 | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | |
| | 120/2017м | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 5,74 | 4,75 | 17,95 | 150,00 | 0,11 |
| | 14/2017м | Масло порциями | 10 | 0,8 | 7,25 | 0,13 | 66 | 0,04 |
| | 338/2017м | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| | 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 | 14,6 | 17,1 | 72,2 | 514,6 | 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 9 | | Б | Ж | У | | |
| | 1 | 2 | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | |
| | 120/2017м | Суп молочный с макаронными изделиями | 300 | 6,56 | 5,69 | 23,25 | 180 | 0,11 |
| | 14/2017м | Масло порциями | 10 | 0,8 | 7,25 | 0,13 | 66 | 0,04 |
| | 338/2017м | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| | 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. | 660 | 15,7 | 18,1 | 77,5 | 544,6 | 7,9 11,5 |

| Питание для 5-11 классов (родительская плата) | № рец. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|--|-----------|--|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------|
| | по сбор. | Вариант 9 | | Б | Ж | У | с | |
| | 1 | 2 | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет |
| | 23/2017м | Нарезка овощная (огурец, помидор свежий) | 15/15 | 0,05 | 0,05 | 3,04 | 7,2 | |
| | 261/2017м | Печень тушеная в соусе | 80 | 10,24 | 7,29 | 3,53 | 132 | |
| | 171/2017м | Каша рассыпчатая пшенная | 100 | 4,44 | 6,11 | 26,14 | 176 | |
| | 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. | 430 | 17,30 | 14,71 | 59,35 | 448,5 | |

| Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства) | № рец. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|---|------------|--|--------------|---------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------|
| | по сбор. | Вариант 9 | | Б | Ж | У | ккал | |
| | 1 | 2 | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет |
| | 23/2017м | Нарезка овощная (огурец, помидор свежий) | 30/30 | 0,05 | 0,05 | 3,04 | 7,2 | |
| | 132/2004л | Рассольник ленинградский (перловка) | 200 | 2,7 | 8,6 | 16,38 | 135 | |
| | 261/2017м | Печень тушеная в соусе | 100 | 12,8 | 9,12 | 4,42 | 165 | |
| | 171/2017м | Каша рассыпчатая пшенная | 150 | 6,66 | 9,17 | 39,22 | 316,8 | |
| | 388/2017м | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,67 | 0,27 | 20,76 | 88,2 | |
| | 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 | 27,21 | 27,85 | 111,51 | 797,7 | |

| Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства) | № рец. | Наименование блюд | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|---|------------|---|--------------|---------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------|
| | по сбор. | Вариант 9 | | Б | Ж | У | ккал | |
| | 1 | 2 | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет |
| | 23/2017м | Нарезка овощная (огурец, помидор свежий) | 50/50 | 0,08 | 0,08 | 5,07 | 12,0 | |
| | 132/2004л | Рассольник ленинградский (перловка) | 250 | 3,37 | 10,75 | 20,475 | 168,75 | |
| | 261/2017м | Печень тушеная в соусе | 100 | 12,8 | 9,12 | 4,42 | 165 | |
| | 171/2017м | Каша рассыпчатая пшеничная | 180 | 7,99 | 11,003 | 47,06 | 316,8 | |
| | 388/2017м | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,67 | 0,27 | 20,76 | 88,2 | |
| | 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. | 890 | 29,24 | 31,87 | 125,47 | 889,1 | |

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

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