

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 19.12.2022 (меню 1-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 1		Б	Ж	У		
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45	1,17
	399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	600	13,03	14,48	103,02	597,87	11,5

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность с	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 1		Б	Ж	У		
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
	182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32	1,46
	399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	660	15,58	17,63	118,35	698,34	11,79

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 1		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	Огурец свежий	20	0,11	0,016	0,31	2	
	290/3302017м	Птица тушёная в сметанном соусе	80	9,42	8,09	2,34	120	
	171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	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	
	702/2017м	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,3	11,6	58,4	
		Стоимость - 60 руб.	440	18,22	15,776	67,03	489,7	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 1		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	Огурец свежий	60	0,35	0,05	0,95	6	
	103/2011м	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,2	2,2	16,1	94	
	493/2014л	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836	119	
	171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	150	6,66	9,17	39,22	264	
	699/2004л	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	22,8	0,45	17,4	87,6	
		Стоимость – 58 руб.	790	44,557	21,863	118,176	773,6	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 1		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	Огурец свежий	100	0,58	0,08	0,158	10	
	103/2011м	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250	2,75	2,75	20,12	117,5	
	493/2014л	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836	119	
	171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,99	11,003	47,06	316,8	
	699/2004л	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	22,8	0,45	17,4	87,6	
		Стоимость – 58 руб.	910	46,667	24,276	129,244	853,9	

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

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