

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

### Меню МБОУ СШ № 6 на 21.12.2022 (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	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 3		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
	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
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>560,0</b>	<b>17,4</b>	<b>20,9</b>	<b>87,3</b>	<b>609,1</b>	<b>7,9</b>

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ 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
	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
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>610,0</b>	<b>20,1</b>	<b>23,8</b>	<b>98,6</b>	<b>609,1</b>	<b>7,9</b>

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	
		<b>Стоимость - 60 руб.</b>	<b>440</b>	<b>15,08</b>	<b>14,49</b>	<b>56,4</b>	<b>406,8</b>	

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	<b>60</b>	1,8	2,34	3,78	42,12	
	101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	<b>200</b>	2,0	2,4	14,6	90,4	
	247/2011м	Рыба тушеная с овощами	<b>100</b>	10,6	5,1	5,6	112	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	<b>150</b>	3,54	7,29	36,83	226,87	
	342/2011 М	Компот из свежих плодов	<b>200</b>	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2010 м	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,43	0,3	14,64	72,6	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	<b>30</b>	1,9	0,34	13,05	65,7	
		<b>Стоимость – 58 руб.</b>	<b>770</b>	<b>22,37</b>	<b>17,97</b>	<b>116</b>	<b>722,4</b>	

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	<b>100</b>	3	3,9	6,3	70,2	
	101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	<b>250</b>	2,5	3,0	18,3	113,0	
	247/2011м	Рыба тушеная с овощами	<b>100</b>	10,6	10,6	5,6	112	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	<b>180</b>	4,24	9,11	46,03	272,24	
	342/2011 М	Компот из свежих плодов	<b>200</b>	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2010 м	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,43	0,3	14,64	72,6	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	2,53	0,45	17,4	87,6	
		<b>Стоимость – 58 руб.</b>	<b>900</b>	<b>25,4</b>	<b>27,56</b>	<b>135,7</b>	<b>840,3</b>	

Повар МБОУ СШ №6 г.Котово \_\_\_\_\_ Н.В. Сабина

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