

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 23.12.2022 (меню 5-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 5		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
	182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	6,64	3,39	44,70	295,45	1,17
	209/2017м	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
	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
	377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>590</b>	<b>16,1</b>	<b>9,6</b>	<b>96,7</b>	<b>600,5</b>	<b>11,5</b>

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 5		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	182/2017м	Каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	8,30	4,24	55,88	369,32	1,17
	209/2017м	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
	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
	377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>640</b>	<b>17,8</b>	<b>10,5</b>	<b>107,9</b>	<b>674,3</b>	<b>11,5</b>

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 5		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)	<b>15/15</b>	0,05	0,05	3,04	7,2	
	297/331/2017м	Фрикадельки с соусом	<b>60/20</b>	8,73	6,01	6,81	120,32	
	310/2017м	Картофель отварной с маслом	100	2,02	3,96	13,98	105	310/2017м
	376/2017м	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,07	0,02	15	60	
	701/2017м	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	2,5	1,24	11,64	73,3	
		<b>Стоимость - 60 руб.</b>	<b>430</b>	<b>17,08</b>	<b>13,40</b>	<b>68,45</b>	<b>466,3</b>	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 5		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)	<b>30/30</b>	0,05	0,05	3,04	7,2	
	132/2004л	Рассольник ленинградский (перловка)	<b>200</b>	2,7	8,6	16,38	135	
	297/331/2017м	Фрикадельки с соусом	<b>100/20</b>	10,92	7,51	5,45	150,40	
	310/2017м	Картофель отварной с маслом	100	2,02	3,96	13,98	105	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,6	0	31,4	124	
	701/2017 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>760</b>	<b>24,96</b>	<b>22,99</b>	<b>120,27</b>	<b>782,3</b>	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 5		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)	<b>50/50</b>	0,08	0,08	5,07	12,0	
	132/2004л	Рассольник ленинградский (перловка)	<b>250</b>	3,37	0,75	20,475	168,75	
	297/331/2017м	Фрикадельки с соусом	<b>100/20</b>	10,92	7,51	5,45	150,40	
	310/2017м	Картофель отварной с маслом	100	2,02	3,96	13,98	105	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,6	0	31,4	124	
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	<b>40</b>	3,24	0,4	19,52	96,8	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	2,53	0,45	17,4	87,6	
		<b>Стоимость – 58 руб.</b>	<b>930</b>	<b>27,61</b>	<b>26,49</b>	<b>137,66</b>	<b>885,8</b>	

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

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