

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 12.01.2023 (меню 4-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 4		Б	Ж	У		
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
	70/71/2017м	Овощи по сезону (огурец свежий, соленый)	60	0,48	0,06	1,14	7,2	2,45
	234/331/2017м	Котлета рыбная с соусом	100/20	6,73	8,02	5,04	115,30	0,70
	305/2017м	Рис припущенный	150	3,60	9,00	35,70	199,95	0,00
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	560	13,19	17,82	72,9	462,25	3,45

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность с	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 4		Б	Ж	У		
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
	70/71/2017м	Овощи по сезону (огурец свежий, соленый)	100	0,8	0,1	1,9	12	4,9
	234/331/2017м	Котлета рыбная с соусом	100/20	6,73	8,02	5,04	115,302	0,70
	305/2017м	Рис припущенный	180	10,80	12,00	47,60	266,60	0,00
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
		Стоимость - 77,09 руб.	640	21,48	21,1	90,9	560,3	5,9

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 4		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	ТТКстр 610 сб.р	Зеленый горошек консервированный	20	0,6	0,47	0,75	8,42	
	492/2004л	Плов с мясом кур	180	13,68	14,22	32,58	313,2	
	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	18,53	16,25	71,57	513,32	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 4		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	
	135/2004л	Суп овощной со сметаной	200	3,08	5,52	10,24	108,24	
	492/2004л	Плов с мясом кур	200	15,2	15,8	36,2	348	
	342/2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2017 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.	730	23,69	22,32	106,93	735,14	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 4		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
	71/2017м	Огурец свежий	100	0,58	0,083	1,58	10	
	135/2004л	Суп овощной со сметаной	250	3,63	6,88	12,75	125,25	
	492/2004л	Плов с мясом кур	230	17,48	18,17	41,63	400,2	
	342/2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
	701/2017 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	96,8	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6	
		Стоимость – 58 руб.	860	46,667	24,276	120,38	832,55	

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

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