

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 17.01.2023 (меню 6-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 6		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
	70/71/2017	Овощи по сезону	60	0,66	0,12	2,16	13,2	8,75
	295/332/2017м	котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
	203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,50	0,00
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	60	0,3
	376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	81	1,33
		Стоимость - 77,09 руб.						
			560	18,35	18,26	72,23	506,35	10,55

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 6		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	70/71/2017	Овощи по сезону	100	1,1	0,2	2,8	22	17,5
	295/332/2017м	котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
	203/2017м	макароны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60	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	81	1,33
		Стоимость - 77,09 руб.						
			640	21,35	19,79	84,6	582,85	19,33

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант б		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,85	2,51	28,2	
	489/2004л	Рагу с птицей	180	13,57	12,22	15,63	227,31	
	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.	420	14,57	11,333	63,68	431,2	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант б		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,85	3,65	5,02	56,3	
	139/2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,96	4,48	17,84	133,6	
	489/2004л	Рагу с птицей	240	14,4	11,64	23,28	278,4	
	342/2011 М	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.	770	25,27	20,72	105,68	741,24	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 6		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,42	6,08	8,36	93,8	
	139/2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,2	5,6	22,3	167	
	489/2004л	Рагу с птицей	240	14,4	11,64	23,28	278,4	
	342/2011 М	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.	920	23,64	26,79	126,51	841,8	

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

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