

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 18.01.2023 (меню 8-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 8		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
	52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99
	282/332/2017м	Котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100/20	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
	310/2017м	Картофель отварной	150	3	0,6	23,7	112,2	21,75
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,3
	378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>560</b>	<b>17,916</b>	<b>17,59</b>	<b>66,51</b>	<b>518,93</b>	<b>34,71</b>

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	0,8	6,01	8,26	92,8	6,65
	282/332/2017м	Котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100/20	10,25	11,32	5,93	190,25	7,64
	310/2017м	Картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64	21,75
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
		<b>Стоимость - 77,09 руб.</b>	<b>640</b>	<b>19,246</b>	<b>20,36</b>	<b>79,89</b>	<b>605,09</b>	<b>37,37</b>

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		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	Помидор свежий	20	0,22	0,033	0,76	4,4	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	60/20	10,80	7,12	7,79	158,40	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	100	5,73	6,08	31,96	205,5	
	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>420</b>	<b>19,32</b>	<b>14,493</b>	<b>67,15</b>	<b>501,6</b>	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		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	Помидор свежий	<b>60</b>	0,66	0,1	2,28	13,2	
	88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	<b>200</b>	1,84	5,04	8,24	87,2	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	<b>100/20</b>	7,81	12,28	10,62	180	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	<b>150</b>	5,73	6,08	31,96	205,5	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,6	0,09	31,4	124	0,03
	701/2017 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>20,97</b>	<b>24,14</b>	<b>112,19</b>	<b>748,2</b>	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 8		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	Помидор свежий	<b>100</b>	1,1	0,16	3,8	22	
	88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	<b>250</b>	2,3	6,3	10,3	109	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	<b>100/20</b>	7,81	12,28	10,62	180	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	<b>180</b>	6,87	7,3	38,35	246,6	
	349/2017м	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,6	0,09	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>920</b>	<b>23,64</b>	<b>26,79</b>	<b>126,51</b>	<b>841,8</b>	

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

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