

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 25.01.2023 (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
	182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	8,20	7,26	30,14	218,70	
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	
	701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	382/2017м	какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108,1	
		Стоимость – 85,54 руб.	540,0	15,8	19,8	67,2	509,9	

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
	182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	10,25	9,07	37,67	273,31	
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52	
	382/2017м	какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108,1	
		Стоимость – 85,54 руб.	600,0	18,7	21,7	79,5	590,9	

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
	54-1с/2022	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	2,84	5,28	7,22	88,16	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	90/20	12,15	12,55	8,76	196,59	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	
	376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
	701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	
		Стоимость – 60 руб.	760	26,42	23,7	107,8	750,02	

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
	54-1с/2022	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	3,51	6,27	8,97	107,16	
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	13,51	13,94	9,74	218,43	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	
	376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
	701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
		Стоимость – 60 руб.	860	30,09	27,17	122,02	853,21	

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
	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	13,51	13,94	9,74	218,43	
	203/2017м	Макароны отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	
	376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
	701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
		Стоимость – 60 руб.	600	26,58	20,9	113,05	746,05	

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

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