

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

Меню МБОУ СШ № 6 на 31.01.2023 (меню 7-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 7		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
	181/2017м	каша молочная жидкая манная с сахаром и маслом	200	6,30	7,97	18,88	172,45	
	399/2017м	блинчики с повидлом	70	2,83	4,56	18,11	124,80	
	701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	95,52	
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	382/2017м	Какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108,1	
		Стоимость – 85,54 руб.	610	16,76	17,93	78,71	547,87	

Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 7		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	181/2017м	каша молочная жидкая манная с сахаром и маслом	250	7,87	9,96	23,60	215,56	
	399/2017м	блинчики с повидлом	70	2,83	4,56	18,11	124,80	
	701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	
	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	382/2017м	Какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108,1	
		Стоимость – 85,54 руб.	670	19,12	20,02	88,26	612,36	

Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 7		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
	54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	83	
	54-11р/2022н	Рыба тушеная с овощами	90	11,7	14,44	5,3	112	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	2,44	5,02	25,37	156	
	377/2017м	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
	701/017 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.	680	21,67	24,36	98,64	621,47	

Питание 5-9 классы (обед, бюджетные средства)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 7		Б	Ж	У	ккал	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	103,75	
	54-11р/2022н	Рыба тушеная с овощами	100	13	17,26	5,88	219,9	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	2,44	5,02	25,37	156	
	377/2017м	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
	701/017 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.	740	23,33	28,17	101,4	750,12	

Питание для 5-11 классов (родительская плата)	№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Витамины (мг)
	по сбор.	Вариант 7		Б	Ж	У	с	
	1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
	252/330/2017м	Сосиски вареные	50/20	4,51	9,62	2,05	113,75	
	171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	100	2,44	5,02	25,37	156	
	376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
	701/017 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.	460	12,98	15,61	86,44	538,22	

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

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