

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово  
О.С.Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 20.02.23 (меню 1-го дня 10-ти дневного меню)**

| <b>Питание<br/>для 1-4<br/>классов<br/>(завтрак,<br/>бюджетные<br/>средства)</b> | № рец.    | Наименование блюд                                  | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |             | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|-------------|----------------------|------------------|
|                                                                                  | по сбор.  | Вариант 1                                          |            | 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<br>рисовая с сахаром и маслом | 200        | 7,71                | 7,90         | 28,70       | 216,74               | 1,17             |
|                                                                                  | 399/2017м | блинчики с повидлом                                | 70         | 3,83                | 5,86         | 18,11       | 140,50               | 0,03             |
|                                                                                  | 701/2010м | хлеб пшеничный                                     | 30         | 2,37                | 0,30         | 14,49       | 70,14                | 0,00             |
|                                                                                  | 378/2017м | чай с молоком                                      | 200        | 1,52                | 2,35         | 15,9        | 90,83                | 0,3              |
|                                                                                  |           | <b>Стоимость – 85,54 руб.</b>                      | <b>500</b> | <b>15,43</b>        | <b>16,41</b> | <b>77,2</b> | <b>518,21</b>        | <b>1,5</b>       |

| <b>Питание<br/>для 5-11<br/>классов<br/>(завтрак,<br/>бюджетные<br/>средства)</b> | № рец.    | Наименование блюд                                  | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------|
|                                                                                   | по сбор.  | Вариант 1                                          |            | 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<br>рисовая с сахаром и маслом | 250        | 9,63                | 9,88         | 35,88        | 270,88               | 1,17             |
|                                                                                   | 399/2017м | блинчики с повидлом                                | 70         | 3,83                | 5,86         | 18,11        | 140,50               | 0,03             |
|                                                                                   | 701/2010м | хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,16                | 0,40         | 19,32        | 96,52                | 0,00             |
|                                                                                   | 378/2017м | чай с молоком                                      | 200        | 1,52                | 2,35         | 15,9         | 90,83                | 0,3              |
|                                                                                   |           | <b>Стоимость – 85,54 руб.</b>                      | <b>560</b> | <b>18,14</b>        | <b>18,49</b> | <b>89,21</b> | <b>598,73</b>        | <b>1,5</b>       |

| Питание 1-4 классы<br>(обед, бюджетные средства) | № рец.       | Наименование блюд                        | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                                                  | по сбор.     | Вариант 1                                |            | Б                   | Ж            | У             | ккал              |               |
|                                                  | 1            | 2                                        | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет      | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
|                                                  | 54-7с/2022н  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200        | 5,1                 | 5,78         | 18,5          | 146,42            |               |
|                                                  | 54-12м/2022н | Плов из птицы                            | 200        | 12,54               | 19,46        | 17,76         | 296,34            |               |
|                                                  | 349/2017м    | Компот из сухофруктов                    | 200        | 0,66                | 0,09         | 32,14         | 132,8             |               |
|                                                  | 701/2010 м   | Хлеб пшеничный                           | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9             |               |
|                                                  | 702/2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50         | 2,8                 | 0,55         | 24,7          | 114,95            |               |
|                                                  |              | <b>Стоимость – 58,00 руб.</b>            | <b>700</b> | <b>25,05</b>        | <b>26,38</b> | <b>117,25</b> | <b>807,41</b>     |               |

| Питание 5-9 классы<br>(обед, бюджетные средства) | № рец.       | Наименование блюд                        | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                                                  | по сбор.     | Вариант 1                                |            | Б                   | Ж            | У             | ккал              |               |
|                                                  | 1            | 2                                        | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет         | 12-18 лет     |
|                                                  | 54-7с/2022н  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250        | 6,45                | 7,22         | 23,12         | 183,02            |               |
|                                                  | 54-12м/2022н | Плов из птицы                            | 250        | 15,68               | 24,32        | 22,2          | 337               |               |
|                                                  | 349/2017м    | Компот из сухофруктов                    | 200        | 0,66                | 0,09         | 32,14         | 132,8             |               |
|                                                  | 701/2010 м   | Хлеб пшеничный                           | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9             |               |
|                                                  | 702/2010 м   | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50         | 2,8                 | 0,55         | 24,7          | 114,95            |               |
|                                                  |              | <b>Стоимость – 58,00 руб.</b>            | <b>800</b> | <b>29,54</b>        | <b>32,68</b> | <b>126,31</b> | <b>884,67</b>     |               |

| Питание для<br>5-11 классов<br>(родительская<br>плата) | № рец.           | Наименование блюд             | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|--------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------|
|                                                        | по сбор.         | Вариант 1                     |            | Б                   | Ж            | У            | с                    |                  |
|                                                        | 1                | 2                             | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                        | 54-<br>12м/2022н | Плов из птицы                 | 250        | 15,68               | 24,32        | 22,2         | 337                  |                  |
|                                                        | 376/2017м        | Чай с сахаром                 | 200        | 0,07                | 0,02         | 15           | 60                   |                  |
|                                                        | 701/2017<br>м    | Хлеб пшеничный                | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15        | 116,9                |                  |
|                                                        | 702/2010<br>м    | Хлеб ржано-пшеничный          | 50         | 2,8                 | 0,55         | 24,7         | 114,95               |                  |
|                                                        |                  | <b>Стоимость – 60,00 руб.</b> | <b>550</b> | <b>22,5</b>         | <b>25,39</b> | <b>86,05</b> | <b>628,85</b>        |                  |

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

Заместитель директора в МБОУ СШ № 6 г. Котово \_\_\_\_\_ В. С. Гончарова