

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

### Меню МБОУ СШ № 6 на 01.03.23 (меню 8-го дня 10-ти дневного меню)

| Питание для<br>1-4 классов<br>(завтрак,<br>бюджетные<br>средства) | № рец.        | Наименование блюд                     | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |             |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(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         | 0,89                | 5,41        | 7,43         | 55,68                | 6,65             |
|                                                                   | 282/332/2017м | Оладьи из печени с морковью           | 90         | 12,39               | 9,20        | 12,60        | 182,76               | 7,64             |
|                                                                   | 332/2017м     | Соус сметанный с луком                | 20         | 0,32                | 1,17        | 1,41         | 17,5                 | 0,25             |
|                                                                   | 310/2017м     | Картофель отварной                    | 150        | 3                   | 0,6         | 23,7         | 112,2                | 21,75            |
|                                                                   | 701/2010м     | хлеб пшеничный                        | 30         | 2,37                | 0,30        | 14,49        | 70,14                | 0,00             |
|                                                                   | 376/2017м     | чай каркаде                           | 200        | 0,07                | 0,02        | 15           | 60                   | 0,3              |
|                                                                   |               | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>         | <b>550</b> | <b>19,04</b>        | <b>16,7</b> | <b>74,63</b> | <b>498,28</b>        | <b>36,59</b>     |

| Питание для<br>5-11 классов<br>(завтрак,<br>бюджетные<br>средства) | № рец.        | Наименование блюд                     | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(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        | 1,48                | 6,01         | 8,26         | 92,8                 | 11,08            |
|                                                                    | 282/332/2017м | Оладьи из печени с морковью           | 100        | 13,77               | 10,22        | 14,00        | 203,07               | 7,64             |
|                                                                    | 332/2017м     | Соус сметанный с луком                | 20         | 0,32                | 1,17         | 1,41         | 17,5                 | 0,25             |
|                                                                    | 310/2017м     | Картофель отварной                    | 180        | 3,6                 | 0,72         | 28,44        | 134,64               | 26,1             |
|                                                                    | 701/2010м     | хлеб пшеничный                        | 40         | 3,16                | 0,40         | 19,32        | 96,52                | 0,00             |
|                                                                    | 376/2017м     | чай каркаде                           | 200        | 0,07                | 0,02         | 15           | 60                   | 0,3              |
|                                                                    |               | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>         | <b>640</b> | <b>22,4</b>         | <b>18,63</b> | <b>86,43</b> | <b>604,53</b>        | <b>45,37</b>     |

| Питание 1-4<br>классы<br>(обед,<br>бюджетные<br>средства) | № рец.      | Наименование блюд          | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(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         |
|                                                           | 54-4с/2022н | Рассольник домашний        | <b>200</b> | 1,92                | 5,14         | 13,22         | 106,62               |                  |
|                                                           | 54-3м/2022н | Голубцы ленивые            | <b>90</b>  | 9,93                | 12,66        | 5,76          | 176,70               |                  |
|                                                           | 203/2017м   | Макароны отварные с маслом | <b>150</b> | 5,4                 | 4,9          | 32,8          | 196,8                |                  |
|                                                           | 376/2017м   | Чай с сахаром              | <b>200</b> | 0,07                | 0,02         | 15            | 60                   |                  |
|                                                           | 701/2017 м  | Хлеб пшеничный             | <b>50</b>  | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9                |                  |
|                                                           | 702/2010 м  | Хлеб ржано-пшеничный       | <b>50</b>  | 2,8                 | 0,55         | 24,7          | 114,95               |                  |
|                                                           |             | <b>Стоимость – 58 руб.</b> | <b>740</b> | <b>24,07</b>        | <b>23,77</b> | <b>115,63</b> | <b>771,97</b>        |                  |

| Питание 5-9<br>классы<br>(обед,<br>бюджетные<br>средства) | № рец.      | Наименование блюд          | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(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        |
|                                                           | 54-4с/2022н | Рассольник домашний        | <b>250</b> | 2,4                 | 6,24         | 16,52         | 133,3                |                  |
|                                                           | 54-3м/2022н | Голубцы ленивые            | <b>100</b> | 11,03               | 14,06        | 6,40          | 196,33               |                  |
|                                                           | 203/2017м   | Макароны отварные с маслом | <b>180</b> | 6,48                | 5,88         | 39,35         | 236,16               |                  |
|                                                           | 376/2017м   | Чай с сахаром              | <b>200</b> | 0,07                | 0,02         | 15            | 60                   |                  |
|                                                           | 701/2017 м  | Хлеб пшеничный             | <b>50</b>  | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9                |                  |
|                                                           | 702/2010 м  | Хлеб ржано-пшеничный       | <b>60</b>  | 3,36                | 0,66         | 29,64         | 137,94               |                  |
|                                                           |             | <b>Стоимость – 58 руб.</b> | <b>840</b> | <b>27,29</b>        | <b>27,36</b> | <b>131,06</b> | <b>880,63</b>        |                  |

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

Ответственный за питание в МБОУ СШ № 6 г.Котово \_\_\_\_\_ К.В. Буланцева