

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О.С.Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 03.03.2023 (меню 10-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 10                            |            | 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             |
|                                                                   | 54-12м/2022н | Плов из птицы                         | 175        | 10,66               | 16,54        | 8,88         | 251,88               | 4,50             |
|                                                                   | 377/2017м    | Чай с сахаром и лимоном               | 200        | 0,13                | 0,02         | 15,2         | 62                   | 0,3              |
|                                                                   | П.Т.         | Печенье сахарное                      | 28         | 2,1                 | 2,7          | 14,8         | 91,9                 | 0                |
|                                                                   | 701/2010м    | Хлеб пшеничный                        | 40         | 3,16                | 0,4          | 19,32        | 95,52                | 0                |
|                                                                   |              | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>         | <b>503</b> | <b>16,94</b>        | <b>25,07</b> | <b>65,63</b> | <b>556,98</b>        | <b>11,45</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 10                            |            | 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            |
|                                                                    | 54-12м/2022н | Плов из птицы                         | 200        | 12,54               | 19,46        | 17,76        | 296,34               | 4,50             |
|                                                                    | 377/2017м    | Чай с сахаром и лимоном               | 200        | 0,13                | 0,02         | 15,2         | 62                   | 0,3              |
|                                                                    | 701/2010м    | Хлеб пшеничный                        | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15        | 116,9                | 0,00             |
|                                                                    |              | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>         | <b>550</b> | <b>18,1</b>         | <b>25,99</b> | <b>65,37</b> | <b>568,04</b>        | <b>15,88</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 10                               |            | 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 | <b>200</b> | 5,1                 | 5,78         | 18,5          | 146,42               |                  |
|                                                           | 289/2017м   | Рагу из птицы                            | <b>200</b> | 13,16               | 17,04        | 17,62         | 276,48               |                  |
|                                                           | 348/2017м   | Компот из смеси сухофруктов и кураги     | <b>200</b> | 1,3                 | 0,08         | 33,6          | 140,64               |                  |
|                                                           | 701/2010м   | 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>700</b> | <b>26,31</b>        | <b>23,95</b> | <b>118,57</b> | <b>795,39</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 10                               |            | 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 | <b>250</b> | 6,45                | 7,22         | 23,12         | 183,02               |                  |
|                                                           | 289/2017м   | Рагу из птицы                            | <b>250</b> | 16,45               | 21,30        | 22,00         | 345,60               |                  |
|                                                           | 348/2017м   | Компот из смеси сухофруктов и кураги     | <b>200</b> | 1,3                 | 0,08         | 33,6          | 140,64               |                  |
|                                                           | 701/2010м   | 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>810</b> | <b>31,51</b>        | <b>29,76</b> | <b>132,51</b> | <b>924,1</b>         |                  |

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

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