

Утверждаю

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

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 05.05.2023 (меню 5-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 5                                           |              | 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>ячневая, с маслом и сахаром | 250          | 9,31                | 10,98       | 39,18       | 292,78               | 1,46             |
|                                                                                  | 15/2017м  | Сыр твердых сортов<br>(порция)                      | 10           | 2,30                | 2,90        | 0,00        | 35,87                | 0,00             |
|                                                                                  | 701/2010м | Хлеб пшеничный                                      | 40           | 3,16                | 0,4         | 19,32       | 95,52                | 0,00             |
|                                                                                  | 378/2017м | Чай с молоком                                       | 200          | 1,52                | 2,35        | 15,9        | 90,83                | 0,3              |
|                                                                                  |           | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>                       | <b>500,0</b> | <b>16,3</b>         | <b>16,6</b> | <b>74,4</b> | <b>515,0</b>         | <b>1,8</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 5                                           |              | 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>ячневая, с маслом и сахаром | 280          | 10,42               | 12,29       | 43,88       | 327,91               | 1,63             |
|                                                                                   | 15/2017м  | Сыр твердых сортов<br>(порция)                      | 10           | 2,30                | 2,90        | 0,00        | 35,87                | 0,00             |
|                                                                                   | 701/2010м | Хлеб пшеничный                                      | 60           | 4,74                | 0,6         | 28,98       | 140,28               | 0,00             |
|                                                                                   | 378/2017м | Чай с молоком                                       | 200          | 1,52                | 2,35        | 15,9        | 90,83                | 0,3              |
|                                                                                   |           | <b>Стоимость – 64,51 руб.</b>                       | <b>550,0</b> | <b>19,0</b>         | <b>18,1</b> | <b>88,8</b> | <b>594,9</b>         | <b>1,9</b>       |

| Питание 1-4 классы<br>(обед, бюджетные средства) | № рец.      | Наименование блюд                    | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|--------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------|------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                                                  | по сбор.    | Вариант 5                            |            | Б                   | Ж            | У             | ккал              |               |
|                                                  | 1           | 2                                    | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет      | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
|                                                  | 53-3с\2022н | Рассольник ленинградский (перловка)  | 200        | 1,92                | 5,14         | 13,22         | 106,62            |               |
|                                                  | 289\2017м   | Рагу из птицы                        | 200        | 13,16               | 17,04        | 17,62         | 276,48            |               |
|                                                  | 348\2017 м  | Компот из смеси сухофруктов с изюмом | 200        | 1,3                 | 0,08         | 33,6          | 140,64            |               |
|                                                  | 701\2010 м  | Хлеб пшеничный                       | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9             |               |
|                                                  | 702\2010м   | Хлеб ржано-пшеничный                 | 50         | 2,8                 | 0,55         | 24,7          | 114,95            |               |
|                                                  |             | <b>Стоимость – 58 руб.</b>           | <b>700</b> | <b>23,13</b>        | <b>23,31</b> | <b>113,29</b> | <b>755,6</b>      |               |

| Питание 5-9 классы<br>(обед, бюджетные средства) | № рец.      | Наименование блюд                    | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |               | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|--------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------|------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                                                  | по сбор.    | Вариант 5                            |            | Б                   | Ж            | У             | ккал              |               |
|                                                  | 1           | 2                                    | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет         | 12-18 лет     |
|                                                  | 53-3с/2022н | Рассольник ленинградский (перловка)  | 250        | 2,4                 | 6,24         | 16,52         | 133,3             |               |
|                                                  | 289/2017м   | Рагу из птицы                        | 250        | 16,45               | 21,30        | 22,00         | 345,60            |               |
|                                                  | 348/2017м   | Компот из смеси сухофруктов с изюмом | 200        | 1,3                 | 0,08         | 33,6          | 140,64            |               |
|                                                  | 701/2010м   | Хлеб пшеничный                       | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15         | 116,9             |               |
|                                                  | 702/2010 м  | Хлеб ржано-пшеничный                 | 60         | 3,36                | 0,66         | 29,64         | 137,94            |               |
|                                                  |             | <b>Стоимость – 58 руб.</b>           | <b>810</b> | <b>27,46</b>        | <b>28,78</b> | <b>125,91</b> | <b>874,4</b>      |               |

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

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