

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О. С. Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 15.09.2023 г. (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 6                                                              |            | 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         |
|                                                                   | 67/2017   | винегрет овощной                                                       | 60         | 0,78                | 2,70         | 4,62         | 45,60                |                  |
|                                                                   | 77/4/2022 | котлеты печеночные из п./ф.<br>высокой степени готовности, с<br>маслом | 100/5      | 12,83               | 12,97        | 10,27        | 209,13               |                  |
|                                                                   | 125/2017М | картофель отварной с маслом                                            | 150        | 3,03                | 5,94         | 20,98        | 157,50               |                  |
|                                                                   | 701/2010м | хлеб пшеничный                                                         | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15        | 116,90               |                  |
|                                                                   | 377/2017м | чай с сахаром и лимоном                                                | 200        | 0,13                | 0,02         | 15,2         | 62                   |                  |
|                                                                   |           | <b>Стоимость – 100,35 руб.</b>                                         | <b>565</b> | <b>20,72</b>        | <b>22,13</b> | <b>75,22</b> | <b>591,13</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 6                                                              |            | Б                   | Ж            | У            | с                    |                  |
|                                                                    | 1         | 2                                                                      | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                                    | 67/2017   | винегрет овощной                                                       | 100        | 1,30                | 4,50         | 7,70         | 76,00                |                  |
|                                                                    | 77/4/2022 | котлеты печеночные из п./ф.<br>высокой степени готовности, с<br>маслом | 100/5      | 12,83               | 12,97        | 10,27        | 209,13               |                  |
|                                                                    | 125/2017М | картофель отварной с маслом                                            | 150        | 3,03                | 5,94         | 20,98        | 157,50               |                  |
|                                                                    | 701/2010м | хлеб пшеничный                                                         | 50         | 3,95                | 0,5          | 24,15        | 116,90               |                  |
|                                                                    | 377/2017м | чай с сахаром и лимоном                                                | 200        | 0,13                | 0,02         | 15,2         | 62                   |                  |
|                                                                    |           | <b>Стоимость – 100,35 руб.</b>                                         | <b>605</b> | <b>21,24</b>        | <b>23,93</b> | <b>78,30</b> | <b>621,53</b>        |                  |

| Питание для<br>ОВЗ<br>(2-й завтрак,<br>бюджетные<br>средства) | № рец.    | Наименование блюд                       | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |              |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|---------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------|
|                                                               | по сбор.  | Вариант 6                               |            | Б                   | Ж            | У            | с                    |                  |
|                                                               | 1         | 2                                       | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                               | п.т       | молоко                                  | 150        | 4,40                | 3,80         | 7,20         | 81,00                |                  |
|                                                               | 403/2017м | оладьи с яблоком и сгущенным<br>молоком | 135        | 9,55                | 9,71         | 54,58        | 343,91               |                  |
|                                                               |           |                                         | <b>285</b> | <b>13,95</b>        | <b>13,51</b> | <b>61,78</b> | <b>424,91</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 6                                |            | Б                   | Ж            | У            | с                    |                  |
|                                                        | 1         | 2                                        | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет    | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                        | 291/2017м | плов из птицы                            | 200        | 16,89               | 9,86         | 34,09        | 302,66               |                  |
|                                                        | 52/2017м  | свекла отварная с<br>растительным маслом | 20         | 0,28                | 1,2          | 1,65         | 18,56                |                  |
|                                                        | 349/2017м | компот из сухофруктов                    | 200        | 0,66                | 0,09         | 32,03        | 132,8                |                  |
|                                                        | 701/2010м | хлеб пшеничный                           | 20         | 1,54                | 0,48         | 10,68        | 53,20                |                  |
|                                                        |           | <b>Стоимость – 65 руб.</b>               | <b>440</b> | <b>19,37</b>        | <b>11,63</b> | <b>78,45</b> | <b>507,22</b>        |                  |

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

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