

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 6 г. Котово

О. С. Гаджирамазанова

М.П.

**Меню МБОУ СШ № 6 на 14.11.2023 (меню 7-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) |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------|
|                                                                   | 1                       | 2                                                                 | 7-11 лет   | 7-11 лет            | 7-11 лет     | 7-11 лет     | 7-11 лет             | 7-11 лет         |
|                                                                   | 70/71/2017м             | овощи в нарезке по сезону<br>(огурец)                             | 60         | 0,66                | 0,12         | 2,16         | 13,2                 |                  |
|                                                                   | 77/3/2022-<br>331/2017м | котлеты домашние из п/ф<br>высокой степени готовности с<br>соусом | 100/20     | 8,32                | 13,15        | 7,17         | 180,62               |                  |
|                                                                   | 203/2017м               | макароны отварные с маслом                                        | 150        | 5,40                | 4,90         | 32,80        | 196,80               |                  |
|                                                                   | 349/2017м               | компот из сухофруктов                                             | 200        | 0,66                | 0,09         | 32,03        | 132,8                |                  |
|                                                                   | 701/2010м               | хлеб пшеничный                                                    | 30         | 2,37                | 0,3          | 14,49        | 70,14                |                  |
|                                                                   |                         | <b>Стоимость – 100,35 руб.</b>                                    | <b>560</b> | <b>17,41</b>        | <b>18,56</b> | <b>88,65</b> | <b>593,56</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) |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------|-----------|-----------|----------------------|------------------|
|                                                                    | 1                       | 2                                                                 | 12-18 лет | 12-18 лет           | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                                    | 70/71/2017м             | овощи в нарезке по сезону<br>(огурец)                             | 100       | 1,12                | 0,2       | 3,6       | 22                   |                  |
|                                                                    | 77/3/2022-<br>331/2017м | котлеты домашние из п/ф<br>высокой степени готовности с<br>соусом | 100/20    | 8,32                | 13,15     | 7,17      | 180,62               |                  |
|                                                                    | 203/2017м               | макароны отварные с маслом                                        | 150       | 5,40                | 4,90      | 32,80     | 196,80               |                  |
|                                                                    | 349/2017м               | компот из сухофруктов                                             | 200       | 0,66                | 0,09      | 32,03     | 132,8                |                  |
|                                                                    | 701/2010м               | хлеб пшеничный                                                    | 30        | 2,37                | 0,3       | 14,49     | 70,14                |                  |

| <b>Питание для<br/>ОВЗ<br/>(2-й завтрак,<br/>бюджетные<br/>средства)</b> | № рец.    | Наименование блюд           | вес блюда  | Пищевые вещества/г/ |             |              | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------|------------|---------------------|-------------|--------------|----------------------|------------------|
|                                                                          | 1         | 2                           | 12-18 лет  | 12-18 лет           | 12-18 лет   | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                                          | 389/2017м | сок фруктовый               | 150        | 0,075               | 0           | 15,15        | 63,6                 |                  |
|                                                                          | 398/2017м | блинчики с ягодной начинкой | 70         | 2,7                 | 3,81        | 31,48        | 171,01               |                  |
|                                                                          |           |                             | <b>220</b> | <b>2,775</b>        | <b>3,81</b> | <b>46,63</b> | <b>234,61</b>        |                  |

| <b>Питание 1-4 классы<br/>(обед,<br/>бюджетные<br/>средства)</b> | № рец.              | Наименование блюд                              | вес блюда | Пищевые вещества/г/ |          |          | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|-----------|---------------------|----------|----------|----------------------|------------------|
|                                                                  | по сбор.            | Вариант 3                                      |           | Б                   | Ж        | У        | ккал                 |                  |
|                                                                  | 1                   | 2                                              | 7-11 лет  | 7-11 лет            | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет             | 7-11 лет         |
|                                                                  | 54-25с\2022н        | Суп картофельный с бобовыми (горох)            | 200       | 4,96                | 4,48     | 17,84    | 133,6                |                  |
|                                                                  | 70/71/2017м         | овощи по сезону (огурец свежий; соленый)       | 20        | 0,16                | 0,02     | 0,38     | 2,4                  |                  |
|                                                                  | 454/2004Л/331/2017м | котлеты мясoкартофельные по Хлыновски с соусом | 60/20     | 8,19                | 5,76     | 8,25     | 144,72               |                  |
|                                                                  | 203/2017м           | макароньы отварные с маслом                    | 150       | 5,73                | 6,07     | 31,98    | 205,50               |                  |
|                                                                  | 376/2017м           | чай каркаде с сахаром                          | 200       | 0,07                | 0,02     | 15       | 60                   |                  |
| ,                                                                | 701/2010м           | хлеб пшеничный                                 | 20        | 1,54                | 0,48     | 10,68    | 53,20                |                  |
|                                                                  |                     | Стоимость – 100,00 руб.                        |           |                     |          |          |                      |                  |

| <b>Питание для<br/>5-11 классов<br/>(родительская<br/>плата)</b> | № рец.        | Наименование блюд                | вес блюда    | Пищевые вещества/г/ |             |             | Энергет.<br>ценность | Витамины<br>(мг) |
|------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|-------------|-------------|----------------------|------------------|
|                                                                  | 1             | 2                                | 12-18 лет    | 12-18 лет           | 12-18 лет   | 12-18 лет   | 12-18 лет            | 12-18 лет        |
|                                                                  | 252/330/2017м | сосиски вареные с соусом         | 50/20        | 4,51                | 9,62        | 2,05        | 113,75               |                  |
|                                                                  | 203/2017м     | макароньы отварные с маслом      | 150          | 5,73                | 6,07        | 31,98       | 205,50               |                  |
|                                                                  | 101/2004л     | икра кабачковая консервированная | 20           | 0,27                | 0,26        | 1,7         | 17,33                |                  |
|                                                                  | 701/2010м     | хлеб пшеничный                   | 20           | 1,54                | 0,48        | 10,68       | 53,20                |                  |
|                                                                  | 377/2017м     | чай с сахаром и лимоном          | 200          | 0,13                | 0,02        | 15,2        | 62                   |                  |
|                                                                  |               | <b>Стоимость – 65 руб.</b>       | <b>460,0</b> | <b>12,2</b>         | <b>16,5</b> | <b>61,6</b> | <b>451,8</b>         |                  |

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

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