

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ №6  
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 1-4 классы  
На 10.03 2022

| наименование блюда    | Масса порции н, г | Пищевые вещества (г) |       |       |  | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |       |       |  | Минеральные вещества (мг) |        |       |      |
|-----------------------|-------------------|----------------------|-------|-------|--|--------------------------------|---------------|------|-------|-------|--|---------------------------|--------|-------|------|
|                       |                   | Б                    | Ж     | У     |  |                                | В1            | С    | А     | Е     |  | Са                        | Р      | Мg    | Fe   |
| 2                     | 3                 | 4                    | 5     | 6     |  | 7                              | 8             | 9    | 10    | 11    |  | 12                        | 13     | 14    | 15   |
| Прогресс сбербанк     | 140               | 0,08                 | 0,36  | 14,36 |  | 56,4                           | 0,014         | 6    | -     | 0,48  |  | 22,8                      | 19,2   | 14,4  | 2,46 |
| Сыр рассольный        | 25                | 5,8                  | 7,38  | -     |  | 90                             | 0,008         | 0,18 | 0,065 | 0,125 |  | 220                       | 115    | 825   | 0,15 |
| Молоко натуральное    | 150               | 15,14                | 16,9  | 2,7   |  | 223,58                         | 0,11          | 0,28 | 0,24  | 0,67  |  | 209,4                     | 244,83 | 17,66 | 1,86 |
| Копченый карпачок     |                   |                      |       |       |  |                                |               |      |       |       |  |                           |        |       |      |
| Смет. слив. сыр. соус | 200               | 3,14                 | 2,68  | 14,97 |  | 80,6                           | 0,044         | 1,3  | 0,02  | -     |  | 115,63                    | 90     | 14    | 0,12 |
| Хлеб белый            | 38                | 2,9                  | 1,1   | 19,5  |  | 99,6                           | 0,002         | -    | -     | 0,65  |  | 7,22                      | 24,7   | 4,94  | 0,46 |
| ИТОГО                 | 533               | 27,25                | 34,19 | 49,24 |  | 550,18                         | 0,616         | 7,58 | 0,26  | 2,01  |  | 284,1                     | 464,78 | 62    | 7,17 |

Всего: смет. слив. сыр. соус - 200 гр.

Подпись:

*Коноваленко О.А.*

Коноваленко О.А.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 МБОУ СОШ N6  
 Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы  
 На 10.03. 2022

| наименование блюда | Масса порции<br>н, г | Пищевые вещества (г) |      |       |  | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |    |     |  | Минеральные вещества (мг) |     |     |      |  |
|--------------------|----------------------|----------------------|------|-------|--|-----------------------------------|---------------|------|----|-----|--|---------------------------|-----|-----|------|--|
|                    |                      | Б                    | Ж    | У     |  |                                   | В1            | С    | А  | Е   |  | Са                        | Р   | Мg  | Fe   |  |
| 2                  | 3                    | 4                    | 5    | 6     |  | 7                                 | 8             | 9    | 10 | 11  |  | 12                        | 13  | 14  | 15   |  |
| Завтрак, из вып.   |                      |                      |      |       |  |                                   |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |
| Шашлык             | 80                   | 6,33                 | 8,90 | 25,49 |  | 204,38                            | -             | -    | -  | -   |  | -                         | -   | -   | -    |  |
| Пюре картофеля     | 30                   | 14,2                 | 19,2 | 15,1  |  | 420,7                             |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |
| Чай с сахаром      | 200                  | 93                   | -    | 74    |  | 60                                | -             | 2,83 | -  | 201 |  | 14,2                      | 4,4 | 2,4 | 0,36 |  |
|                    |                      |                      |      |       |  |                                   |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |
|                    |                      |                      |      |       |  |                                   |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |
|                    |                      |                      |      |       |  |                                   |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |
| ИТОГО              |                      |                      |      |       |  | 673,38                            |               |      |    |     |  |                           |     |     |      |  |

Подпись: 

Коноваленко О. А.

# УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ N 6

*Е.П. Табидулина* Е.П. Табидулина

## МЕНЮ для ГИД

на 10.03.2022

МБОУ СОШ N 6

### Обед

Борщ из св. капусты с копченой 250  
 Све. морковь с морковью 75/5  
 Мясные котлеты 50  
 Рис 200  
 Свеж. помидоры 20  
 Сметана 20

### Закуска

Салат овощной 50  
 Рис 200

Подпись

*Е.П. Табидулина* Е.П. Табидулина

# УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ N 6

*Е.П. Табидулина* Е.П. Табидулина

## МЕНЮ для детей льготных категорий

на 10.03.2022

МБОУ СОШ N 6

### Обед

Борщ из св. капусты с копченой 250  
 Све. морковь с морковью 75/5  
 Мясные котлеты 50  
 Рис 200  
 Свеж. помидоры 20  
 Сметана 20

Подпись

*Е.П. Табидулина* Е.П. Табидулина