



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.И.Габидулина

ЗАБТРАК 1-4 классы
На 18МАЯ 2022

наименование блюда	Масса порции и, 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	
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10	-	0.2		16	11	9	2.2	
СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	5.8	7.38		90	0.08	0.18	0.065	0.125		220	125	8.75	0.25	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	150	21.9	13.1	17.3	274.7	0.068	0.72	0.2	0.99		199.1	269.9	37.44	1.48	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/50	1.52	1.35	15.9	81	0.04	1.33	0.01	-		126.6	92.8	15.4	0.41	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2.9	1.1	19.5	99.6	0.042	-	-	0.65		7.22	24.7	4.94	0.46	
ИТОГО	475	32.52	23.33	62.5	592.3	0.188	12.23.	0.275	1.77		568.92	550.4	75.53	4.8	

Дополнительно: сок «Сага» Пшеничный - 200.
Молоко - 500г.

ПОДПИСЬ

КОНОВАЛЕНКО О.А.



МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

На **ЗАВТРАК 5-11 классы 18 МАЯ 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		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	9.94	8.21	35.13	246.1	0.1	0.26	0.32	0.75	103	225.77	16.73	2.63		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20	75	1.7	74.5	400	-	--	-	-	-	-	-	-		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.3		12.2	50		0.03	-	-	11.1	2.8	1.4	0.28		
ИТОГО	340	93.25	12.5	164.58	779.89	0.1	0.29	0.32	0.75	114.1	228.57	18.13	2.91		

ПОДПИСЬ

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Меню для ГПД
НА 18.05.2022



Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	СУП С пшеном	250	112.3	8	3.53	11.75
гарнир	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	100/5	117.3	4.5	3.2	27.3
2 блюдо	КОТЛЕТКИ МЯСА КУР	50	110	8.68	4.75	8.08
3 блюдо	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0.3		74
Хлеб РЖАНОЙ		25	10.2	3.7	1.79	28.5
ИТОГО		630	378.6	29.88	14.97	196.35
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ		50	385	5.8	22.8	38.4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	60	0.3		74

ПОДПИСЬ

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Меню для ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ
 НА 18.05.2022



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	СУП С пшеном	250	112.3	8	3.53	11.75		
гарнир	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	100/5	117.3	4.5	3.2	27.3		
2 блюдо	КОТЛЕТКИ МЯСА КУР	50	110	8.68	4.75	8.08		
3 блюдо	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0.3		74		
Хлеб РЖАНОЙ		25	10.2	3.7	1.79	28.5		
итого		630	378.6	29.88	14.97	196.35		
			ПОЛДНИК					

ПОДПИСЬ 

КОНОВАЛЕНКО О.А.