



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 1-4 классы
На 14 сентября 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	Mg	Fe			
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Виноградный сок	95	2,3	2,5	15,9	95	-	-	-	-	135	-	-	-			
Компот из сухофруктов	1000	9,33	9,14	7,5	38	906	38	901	92	35	14	41	9,1			
Молоко																
Омлет с сыром	130/120	9,4	69,03	26,67	235,25	9034	914	907	98	189,53	1344	14,18	992			
Чай с лим. соф. сок	200	9,07	9,02	9,98	40	-	903	-	-	11	2,8	4,4	926			
Мед натуральный	38	2,9	7,1	19,5	99,6	609	-	-	965	7,22	24,7	4,94	946			
ИТОГО	550	32,86	23,38	95,7	727,25	9356	39,07	9134	6994	432,13	25394	53,02	5,34			

9/14 84,50

Подпись:

Коноваленко О.А



УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МБОУ СОШ №6
 Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
 На 14 сентября 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			
Завтрак из																
Творожная запеканка	100	6,33	8,9	25,49	207,38	-	-	-	-	-	-	-	-			
Бутерброд с сыром	30/20	6,21	11,7	15,93	204,20	0,04	0,05	0,039	0,077	132	25	3,25	0,15			
Чай с сахаром	200	0,3		24	60	-	2,85	-	0,01	14,2	4,4	2,4	0,56			
ИТОГО																

9/4 36,93

Подпись:

Коноваленко О. А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.



Меню для **ГПД**

На 14 сентября 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	Борщ из св. капусты	250	103,75	1,80	4,92	10,93	
гарнир	Орешки из св. капусты	100/5	171	2,95	6	17,3	
2 блюдо	Мясо с картошкой	50	26,5	6,7	4,4	2,4	
3 блюдо	Салат	100	60	0,2		2,4	
	Салат из св. капусты	30	10,1	3,7	1,28	28,5	
	Салат из св. капусты	30	166,73	5,34	1,49	28,5	
			ПОЛДНИК				
Суп из св. капусты		50					
Салат		100.					

Суп

Салат из св. капусты 0.14.