



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидуллина

ЗАБТРАК 1-4 классы
На 20.08.2022

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			
Дружеское общение	120	0,48	0,36	11,36		56,4	0,014	6	—	0,08	22,8	10,2	14,4	2,26		
Воспитательская (взрослая)	60	0,242	0,06	1,14		7,2	0,004	2,94	—	0,006	10,2	7,8	8,4	0,3		
Дружеское общение	50/125	12,6+	7,4	27,34		22+	0,1	4,5	0,013	0,36	34,81	12,1	40,4+	7,4+		
Корректировка питания																
2 недели. Сильная нагрузка	200	3,14	2,68	10,92		89,6	0,044	7,3	0,36	34,81	12,1	40,4+	7,4+	7,4+		
Дружеское общение	38	2,5	1,1	19,5		99,6	0,042	—	—	0,65	7,22	24,7	4,94	0,46		
ИТОГО	555	19,64	14,6	75,31		420,8	0,63	14,74	0,033	1,55	200,66	284	82,21	5,05		

9/9 54,55

9/9 54,55

Подпись:

Коноваленко О.А



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 20.11.2022

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	Mg	Fe	
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11		12	13	14	15	
Бездрожжевое крупяное пюре	75	15,53	20,73	4,1		201,8	-	-	-	-		-	-	-	-	
с маслом	100/5	26,13	5	33,7		25,4	0,14	18,16	-	0,18		36,98	86,6	25,75	1	
сметаной	200	0,3		12,4		50	-	0,03	-	-		14,1	2,8	7,4	0,28	
с сахаром	30	80,1	2,68	42,75		250,1	-	-	-	-		-	-	-	-	
ИТОГО						470,4										

20/11 20,88

Подпись:

Коноваленко О.А.

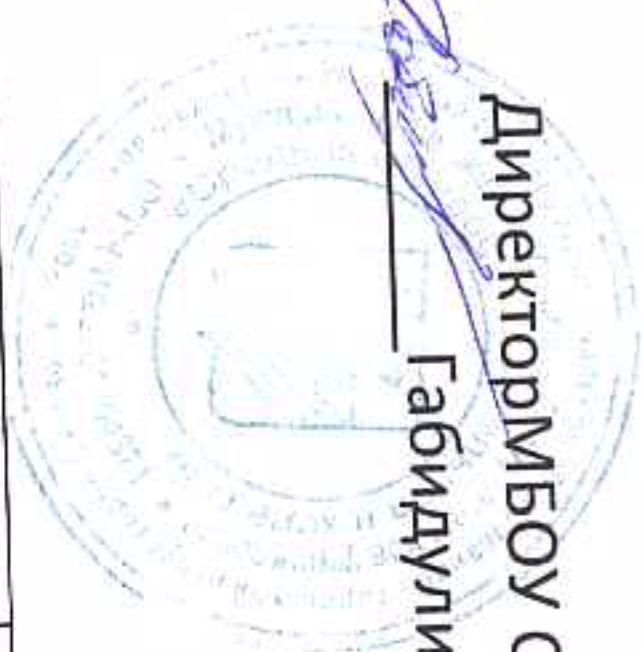
Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для **ГПД**

На 20 сентября 2012



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	Суп овощной	250	552,25	7,8	48	15,9	
гарнир	картофель вареный	120/5	58,65	4,5	3,2	21,3	
2 блюдо	котлеты картофель	50	110	8,68	4,75	8,08	
3 блюдо	салат	100	60	0,3	-	24	
	салат фруктовый	30	10,1	3,7	6,6	6,2	
	салат фруктовый	30	166,73	5,34	1,29	28,5	
	Буряк со свеклой с морковью	20/10	ПОЛДНИК 259,1	14,7	25,8	26,5	
	салат	200	60	0,3	-	24	

Суп

картофель 0,4

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории

На 20 сентября 2021



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	суп картофельный	250	552,25	7,8	48	15,9		
гарнир	домашнее отварное картофель	200/5	52,65	4,5	3,2	27,3		
2 блюдо	котлеты картофель	50	110	8,68	4,75	8,08		
3 блюдо	суп картофельный	30	101	3,4	6,6	6,2		
	картофель	30	166,73	5,34	4,19	28,5		
	картофель	200	60	2,3	-	74		
			ПОЛДНИК					

суп

картофельный