



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 21 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	
Гречка белая (вареная)	100	0,4	0,4	0,8		4,4	0,03	0,0	—	—		16	11	9	2,2	
Сыр полусоль (тертый)	25	5,8	2,38	—		9,0	0,08	0,18	0,065	0,125		24,0	12,5	8,25	0,25	
Замороженные овощи	150	21,3	13,1	17,3		274,7	0,068	0,21	0,2	0,99		199,1	263,9	37,44	1,48	
Чеснок	200	1,52	1,35	15,3		81	0,04	1,33	0,01	—		726,6	92,8	15,4	0,41	
Мед натуральный	38	2,9	1,1	19,5		99,6	0,042	—	—	0,65		7,22	24,4	494	0,46	
ИТОГО	475	82,52	23,33	62,5		592,3	0,186	12,23	0,225	1,265		568,92	550,4	85,53	4,8	

9/9 25,04

Подпись:

Коноваленко О.А

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории
На 21.09.2022



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	Суп с макаронами и овощами	250	109	2,54	2,78	4,84		
гарнир	Биточек из картофеля	50	62	5,05	5,95	0,5		
2 блюдо	Грибная котлета с соусом	75/4	121	29,75	6	17,7		
3 блюдо	Чай	200	60	0,5	-	74		
	Сладкий чай	30	101	3,2	6,6	62		
	Сладкий чай	30	166,43	5,34	1,79	28,5		
			ПОЛДНИК					

Всего

Книжечка от 04

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Габидулина Е.П.

Меню для ГПД

На 21.09.2021

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	суп с макаронами, тушеный картофель	250	405	2,51	2,48	4,84	
гарнир	картофель отварной	50	67	5,05	5,95	0,5	
2 блюдо	суп с макаронами	75/4	121	29,45	6	14,3	
3 блюдо	чай	200	60	0,3	-	74	
	чай	30	101	3,4	6,6	62	
	чай с медом	30	166,23	5,34	1,49	28,5	
			ПОЛДНИК				
	чай с медом	50	186,43	7,35	5,15	32,4	
	чай	200	60	0,3	-	74	

Всего

Наименование О.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 21 сентября 2022

На 29 декабря 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	
Выпечка из муки пшеницы	80	9,94	8,21	35,13	246,7	0,1	0,26	0,32	0,45	20,3	22,57	46,13	2,63	
Бутерброд с сыром	30/20	7,5	1,7	24,5	400	-	-	-	-	-	-	-	-	
Чай	200	0,3		12,2	50	-	0,03	-	-	4,1	2,8	4,4	0,28	
Молоко пастеризованное	30	8,01	2,68	42,45	232,1	-	-	-	-	-	-	-	-	
ИТОГО					729,89									

9/9 23,50

Подпись:

Коноваленко О. А.