



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 28.09 2022

наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	Y		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Прогресс домашний	95	2,3	25	45,9		95	-	-	-	-	135	-	-	-		
Дружба белая	173	0,83	0,14	4,5		38	0,06	38	0,01	0,2	35	44	41	0,1		
Кефир 1% жирности	100	17,36	9,5	16,15		220	0,2	0,9	0,054	68,29	57,38	77	22,2	3,6		
Молочные продукты																
Овощные и фрукты	130/100	9,4	10,09	26,64		235,25	0,034	0,44	0,04	0,8	186,53	132,44	74,18	0,92		
Чай с медом, сахаром	200	0,07	0,02	9,98		40	-	0,03	-	-	71	2,8	4,4	0,26		
Хлеб пшеничный	38	2,9	1,1	19,5		99,6	0,012	-	-	0,65	7,22	24,4	4,94	0,46		
ИТОГО	550	32,86	23,38	91,7		727,85	0,356	39,04	0,134	69,94	432,13	253,94	53,72	5,34		

99 : , 48,88

Подпись:

Коноваленко О.А



ЗАВТРАК 5-11 классы
На 28.09 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	Мг	Fe		
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Бурый рис															
Курица	50/50	9,94	8,21	35,13	246,1	0,04	0,22	1,14	32,84	24,23	47,16	1,74	7,74		
Промысловый															
и консервы	100/5	29,25	6	17,3	177	0,21	—	—	9,61	14,82	203,93	135,83	4,56		
Чай	200	0,3	—	15	60	0,04	1,4	804	—	9,8	86	1,6	0,2		
Молоко	30.	8,01	2,68	42,75	237,1	—	—	—	—	—	—	—	—		
ИТОГО					566										

8/9 32,21

Подпись:

Коноваленко О. А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Габидулина Е.П.



Меню для ГПД

На 28.09.2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	Суп перловый	250	552,25	7,8	48	15,9	
гарнир	картофель вареный	50	110	8,68	4,75	8,08	
2 блюдо	Картофельная запеканка	100/5	144,1	6,06	13,15	32,1	
3 блюдо	Чай	200	60	0,3	—	74	
	Чай	30	10,2	3,2	1,29	28,5	
	Чай	30	166,73	5,34	1,29	28,5	
			ПОЛДНИК				
	Бутерброд с сыром	30/20	120,12	9,35	3,29	—	
	Чай	200	60	0,3	—	74	

Суп

Кислородная ОА

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории
На 28.09.2022



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	Угн перезамес	250	552,25	7,8	48	15,9		
гарнир	картофель из свеж. картофеля	50	110	2,68	4,25	8,08		
2 блюдо	перезамес творога	100/15	144,1	6,06	13,15	0,21		
3 блюдо	Угн	200	60	0,3	-	24		
	Угн	30	10,2	3,4	1,29	28,5		
	Угн шпинат	30	166,73	5,34	1,29	28,5		
			ПОЛДНИК					

Угн

Кухня №6