



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 29.09.2022

Наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Фрукты свежие	141	0,98	0,36	12,36		56,4	0,024	6	—	0,98	22,8	19,2	14,4	2,16		
Сыр мягкий (плавленый)	25	5,8	9,38	—		90	0,008	0,18	0,065	0,125	220	125	8,15	0,25		
Сливки натуральные	150	15,44	16,9	2,1		223,58	0,11	0,28	0,24	0,64	209,4	244,25	17,66	2,86		
Копченый окорок																
Сметана 20% жир.	200	3,14	2,68	14,92		80,6	0,44	1,3	0,02	—	125,6	90	74	0,12		
Молоко натуральное	38	27,25	34,19	49,44		550,18	0,066	7,38	0,26	1,04	284,1	464,18	62	7,12		
ИТОГО	533	27,25	34,19	49,24		530,18	0,626	8,58	0,26	2,01	284,1	464,18	62	7,12		

9/9 46,63

Подпись:

С.А.

Коноваленко О.А



ЗАВТРАК 5-11 классы
 На 29.09 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	Мg	Fe	
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11		12	13	14	15	
Буряк в соусе	75	9,94	8,21	35,13		246,1	0,04	0,43	0,03	1,14		32,82	84,83	77,16	1,14	
Каша гречневая																
с маслом	100/5	29,15	6	17,3		141	0,21	—	—	0,61		14,82	203,95	135,83	4,15	
Чай с сахаром	200	0,3		15		60	0,04	1,4	0,24	—		9,8	8,6	1,6	0,2	
Чай зеленый	30	8,01	2,68	42,75		250,1	—	—	—	—		—	—	—	—	
ИТОГО						566										

29.09.2022

Подпись:

[Signature]

Коноваленко О. А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.



Меню для **ГПД**

На 29.09.2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	суп с мясом	250	85,25	1,97	2,41	13,11	
гарнир	Вареный картофель	50	62	5,05	5,95	0,5	
2 блюдо	Фарши оладушки	200/5	58,65	4,5	3,2	27,3	
3 блюдо	Чай	200	60	0,3	-	74	
	Чай с лимоном	30	10,1	3,4	6,6	6,4	
	Чай с лимоном	30	166,23	5,34	1,29	28,15	
	Бутырское сиренье	200	ПОЛДНИК 180,23	12,54	13,4	29,5	
	Чай	200	60	0,3	-	74	

Буду

Кухня №6 ОА.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории

На 29.09.2022



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	Укроп с молочными	250	84,25	1,94	2,74	12,14	
гарнир	Пюре из картошки	50	64	3,05	5,95	9,5	
2 блюдо	Омлет овощной	100/5	58,65	4,5	3,2	24,3	
3 блюдо	Чай	200	60	0,3	-	74	
	Укроп сметанный	30	22,1	3,7	6,6	28,5	
	Укроп сметанный	30	166,73	5,34	1,29	28,5	
			ПОЛДНИК				

Всего

Калорийность 0,4