

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина



ЗАВТРАК 1-4 классы
На 1 неделю 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			
Сыр нежирный	15	348	443		54,6	0,01	0,11	432	0,08	132	75	5,25	0,15			
Сыр вареный	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		604	0,24	22	76,8	48	4			
Хлеб белое высшего сорта из муки и маиса	160	5,11	0,22	29,63	195,44	0,11	0,99	39,43	0,23	98,92	129,16	31,33	0,2			
Хлеб из маиса	180	3,58	0,85	14,41	200,06	0,04	1,12	19,92	0,1	115,42	207,2	29,6	4			
Хлеб мукомольный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	0,2	34,8	13,2	0,8			
Макароны		0,8	0,2	7,5	38	0,06	30	10	0,2	35	14	11	0,1			
ИТОГО																

Доля углеводов: 50% от общей калорийности - 0,200 г. 24. 81,42

Подпись:

Сур

Коноваленко О.А



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 5-11 классы
На 1 учебный год 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	
Корюшен. из рыб	1000	0,7	4,03	4,25	53,9	0,16	0,74	0,083	54,83	52,22	64	44,76	2,92	
Допол. к рыбным блюдам	1000													
и шпинатом		26,13	5,8	33,4	25,4	0,14	18,16	-	0,18	36,98	26,6	27,25	4,0	
и овощами	200	5	-	7,4	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28	
и рыбными	30	8,04	2,68	43,5	20,1	-	-	-	-	-	-	-	-	
ИТОГО					389,4									

919.33,09

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Габидулина Е.П.

Меню для детей ГПД
 На март 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	суп с макаронами и овощами	250	114	2,38	5,02	12,99	
гарнир	картофель тушеный с мясом	100/5	92,66	5,22	4,06	25,75	
2 блюдо	буженина с картофелем	50	122,4	7,51	7,41	6,14	
3 блюдо	салат	100	60	9,07	9,02	15	
	суп	30	24,9	2,2	0,35	13,3	
	суп	30	166,73	5,34	1,29	28,5	39,08
			ПОЛДНИК				
	салат	36	154	6,36	2,4	21,7	
	чай	200	60	9,07	9,02	15	

2/8 6,03

Подпись:

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории

На февраль 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
1 блюдо	суп с картошкой и морковью	250	111	2,38	5,01	12,99	
гарнир	Пюре из картофеля с маслом сливочным	100/5	92,66	5,72	4,06	25,75	
2 блюдо	Биточек из мясного фарша	50	122,4	7,51	7,41	6,14	
3 блюдо	Чай	200	60	9,07	9,02	15	
	салат с морковью	30	24,9	2,2	0,35	13,3	
	салат с помидорами	30	169,73	5,34	1,79	28,5	
			ПОЛДНИК				

979 39,08

Подпись:

Исмаилов А.А.