

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габдуллина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 3 недели 2022

На 3 месяца 2022																
наименование блюда	Масса порции, 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			
Замесились из 120/30 сдобного, с изюмом 130																
выпеченный сладкий	150	19,14	13,8	24,69	303,44	0,07	0,5	80	1,24	122,24	232,86	25,36	0,65			
Железное корейский																
на масле	180	2,65	2,28	14,42	89,46	0,04	4,14	19,8	0,09	108,48	81	12,64	0,12			
Железное	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8			
Железное	100	0,56	0,56	13,42	65,8	0,05	44	7	0,28	22,4	15,4	12,6	3,08			
ИТОГО	310	25,51	14,02	42,15	553,0	0,22	15,7	96,8	2,63	312,32	364,01	63,8	4,65			
9/4.50																

8/9 50,75

Подпись:

Подпись

Коноваленко О.А

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 3 недели 2022

наименование блюда	Масса порции, 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
Бюргер с соусом (фрукт. соус)	85	0,94	8,21	35,13		246,1	0,04	0,73	0,03	4,14		52,82	82,83	17,16	4,14
Молоко, чистое															
е. молочный	100/5	29,75	6	14,3		121	0,21	—	—	0,61		14,82	103,93	135,83	4,56
чай с сахаром	200	0,3	—	15		60	0,04	4,4	0,04	—		9,8	8,6	4,6	0,2
Молоко, чистое	30	8,04	2,68	42,75		250,1	—	—	—	—		—	—	—	—
ИТОГО						566									

918.33,49

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

Меню для детей ГПД
На 3 ноября 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	Суп перловый	250	148,25	5,49	5,27	16,5		
гарнир	Порridge мол. с в. кисл. смет. с сахаром	100/5	158,13	2,72	6,19	23,58		
2 блюдо	Мяс. с помидорами	50	143	8,72	8,58	8,14		
3 блюдо	Мяс. с помидорами	100.	60	9,07	9,02	15		
	Мяс. с помидорами	30	24,9	2,2	8,35	13,3		
	Мяс. с помидорами	30	136	5,34	1,79	14,89		
			ПОЛДНИК					
	Мясное суповое	24	115	1,02	26,96	26,91		
	Мяс. с овощами	100.	60	9,07	9,02	15		

Подпись:

Габ

Кухонный А.М.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Габидулина Е.П.

Меню для детей льготной льготной категории

На 3 января 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		
1 блюдо	Суп из овощей	250	148,25	5,49	5,27	16,5		
гарнир	Картофельное пюре с маслом	100/5	158,13	2,42	8,19	23,58		
2 блюдо	Курица тушеная	50	143	8,42	8,38	8,14		
3 блюдо	Чай с сахаром	100	60	0,04	0,02	15		
	Хлеб пшеничный	30	24,9	2,2	0,35	13,3		
	Хлеб мякиш	30	136	5,34	1,49	14,89		
			ПОЛДНИК					

Подпись:

Габ

Ковалева О.А.