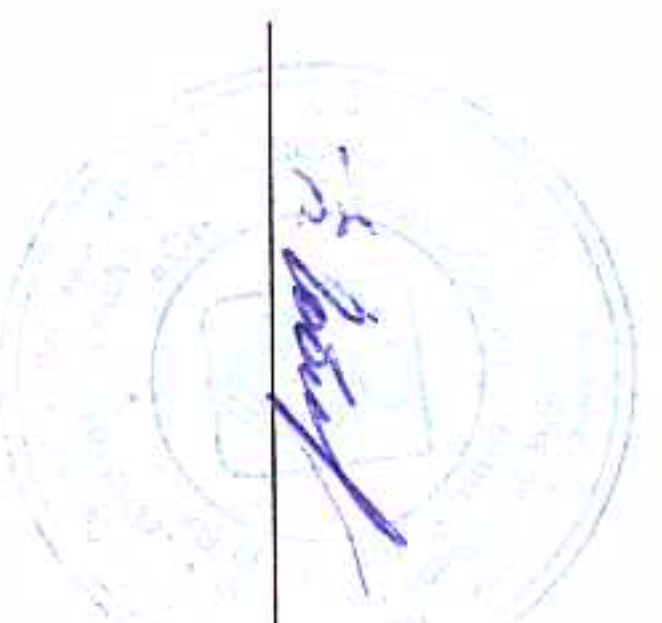


УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина



ЗАБТРАК 1-4 классы
На 22.11. 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			
Сыр голландский	75	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15			
Вареное куриное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	968	4,8	2			
Каша овсяная на молоке																
с сахаром и ванилином	160	4,76	6,64	22,82	110,42	0,13	0,79	35,92	0,38	39,24	135,57	15,66	0,92			
Пюре из картофеля	180	3,58	2,85	14,71	110,06	0,04	1,17	18,92	0,1	113,41	107,12	29,6	4			
Пюре из моркови	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,1	34,8	13,2	0,8			
Молоко	100	0,8	0,2	8,5	38	0,06	38	20	0,2	35	17	11	0,1			
ИТОГО	535	20,86	19,12	69,63	519,88	0,33	40,07	213,04	1,52	400,86	436,37	99,57	4,02			

Всего: 535 грамм - 0,2002

2/9.

Подпись:

Handwritten signature

Коноваленко О.А

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МБОУ СОШ №6
 Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 5-11 классы
 На 22.11.2022

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		
Бездрожжевое печенье	75	15,53	20,73	4,1		20,18	-	-	-	-	-	-	-	-		
Для бутерброда																
Омлет	100/5	9,2	4,9	1,3		86,1	403	-	-	0,35	3,72	63,95	16,34	0,55		
Чай с сахаром	200	6,3	-	15		60	801	100	-	0,46	24,54	3,44	3,44	0,63		
Мол. печенье	30	8,04	2,68	4,15		250,1	-	-	-	-	-	-	-	-		
ИТОГО						434										

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

2/9



Утверждаю:

Директор мбоусош №6

Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 22.11 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Мир из цуккини капусты	250	89,75	1,76	4,95	7,90
гарнир	Рис отваренный с мясом шампиньонов	80г	158,12	2,72	6,14	23,58
2 блюдо	Котлеты из мяса суп	50	122	6,14	7,51	7,41
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	Хлеб ружаный	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	Хлеб мелочный	20	166,73	5,34	1,79	28,5
			полдник			
	Орешки сахарные	50	194	4,11	1,35	41,43
	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15

Габидулина Е.П.

Комовская О.А.



Утверждаю:

Директор мбоу сош №6

Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

НА 22.11 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Кури из целой кожушки	250	89,75	1,76	4,95	7,90
гарнир	Рис отварной с мясом мороженым	80/4	158,13	2,72	6,19	23,58
2 блюдо	Котлеты из мяса кури	50	122	6,14	7,51	7,41
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	молоко растопленное	30	24,9	2,2	0,55	13,3
	молоко пастеризованное	20	166,73	5,34	1,79	28,5
			полдник			

Директор

Ковалева О.А.