

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина



ЗАВТРАК 1-4 классы
На 24.11.2022

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	Мg	Fe		
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак с чаем																
Молоко теплое	150	18,9г	12,4	28,64		309,04	0,04	4,3	6г	1,77	144,18	233,46	30,8г	0,74		
Молоко на завтрак	180	2,65	2,28	14,4г		89,46	0,04	11	19,8	0,09	108,98	81	11,64	0,1г		
Молоко натуральное	40	3,16	0,4	19,3г		94	0,06			0,52	9,2	34,8	45,2	0,8		
Виноград	140	0,56	0,56	13,72		61,8	0,05	14	7	0,28	22,4	45,4	11,6	3,08		
ИТОГО	510	25,29	15,89	76,10		558,33	0,22	19,4г	88,8	2,66	314,26	364,96	69,26	4,74		

84

Подпись:

Сид

Коноваленко О.А

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 24.11. 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
Рис отваренный с маслом 60/30.	110	0,7	4,03	4,1		53,9	0,16	0,71	0,085	0,085		50,22	6,7	17,76	2,92
Пюре картофеля с маслом	100	9,2	4,9	1,3		86,1	0,05	-	-	0,55		3,74	63,95	16,34	0,55
Чай с сахаром	200	6,3	-	15		60	0,01	100	-	0,76		21,54	3,44	3,44	0,65
Хлеб пшеничный	30	2,01	2,68	41,5		209,1	-	-	-	-		-	-	-	-
ИТОГО						729,89									

419 30,96

Подпись

Сид

КОНОВАЛЕНКО О.А.



МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 24.11. 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Борщ из свеклы по-польски	250	103,15	1,80	4,92	10,93
гарнир	Молочные изделия отварные с мясом свиным	100/5	114,3	3,68	3,17	17,62
2 блюдо	Куриные котлеты	50	164	11,74	12,91	0,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	чай зеленый	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	чай черный	20	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			
	Суп-обновка	50	155	6,7	7,86	14,83
	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15



Утверждаю:
Директор мбоу сош №6
Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

НА 24.11. 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Борщ из свеклы помидоры	250	103,75	1,80	4,92	10,93
гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100/5	112,3	3,68	3,14	17,62
2 блюдо	Курица тушеная	50	164	11,74	12,91	0,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,04	0,02	15
	хлеб ржаной	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	хлеб пшеничный	20	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			