



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 8.12.2022

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			
Зрительная нагрузка																
допускается в течение																
в течение недели	150	18,92	11,7	28,64	305,04	0,04	4,3	62	1,77	114,18	253,26	3,382	0,44			
Витаминный комплекс																
на неделю	180	2,65	2,28	14,42	29,46	0,04	4,12	10,8	0,09	102,48	87	11,64	0,12			
на протяжении	40	3,16	0,4	10,32	94	0,06			0,52	0,2	34,8	13,2	0,8			
всего	140	0,56	0,56	13,42	65,8	0,05	14	7	0,28	21,4	15,4	12,6	3,08			
ИТОГО	510	25,29	15,89	76,10	558,33	0,22	19,42	88,8	2,66	314,26	364,96	69,16	4,44			

Рацион питания: сбалансированный - 2400 ккал.

2/9 55,06

Подпись:

Коноваленко О.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 8.12.2022

наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)		
		Б	Ж	У	6		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	15				
2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15					
Пюре картофеля	100	0,9	4,03	8,4	53,9		816	874	8081	3022	64	14,76	24,25	2					
Джем из варенье	80/4	26,13	5	33,4	25,4		814	18,8	-	218	36,98	86,6	4,4	0,28					
Чай с варенье	200	43		14,2	50		-	403	-	-	-	-	-	-					
Сладкий	30	2,01	2,68	4,75	2,04		-	-	-	-	-	-	-	-					
ИТОГО					44,81														

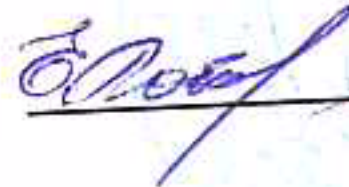
24.30,25

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ для льготной категории

на 8.12. 2022

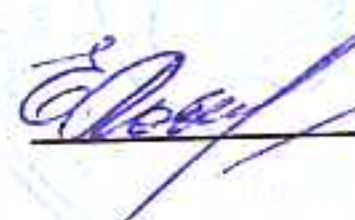
РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Цири из картофеля и овощей	250	85,75	1,94	2,71	12,11
гарнир	Макаронные изделия отваренные с маслом и зеленью	100/5	112,3	3,68	3,17	17,62
2 блюдо	Помидоры из лимонного сока	50	164	11,74	12,91	9,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	хлеб ржаной	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	хлеб пшеничный	20	166,73	5,34	1,79	28,5
			полдник			



Коровина О.В.

Утверждаю:

Директор мбоу сош №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 8.12 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	суп из картофеля с овощами	250	85,75	1,97	2,71	12,11
гарнир	Макаронные изделия отварные с мясным соусом	100/5	112,3	3,68	3,17	17,62
2 блюдо	котлета из мяса курицы	50	164	11,74	11,91	3,24
3 блюдо	чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	хлеб ржаной	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	хлеб пшеничный	20	166,73	5,34	1,79	28,5
			полдник			
	суп овощной	50	194	4,11	1,35	41,43
	чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15



Новикова О.А.