



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 9.12.2022

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				
Машино обслуживание	10	0,06	4,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,02				
Булгур с курицей	90	13,3	4,84	8,8	132,02	0,09	0,9	13,4	1,01	24,18	132,2	24,01	1,24				
Машино обслуживание	150	5,76	4,3	36,73	208,84	0,09		22,5	0,03	12,92	44,16	8,46	0,86				
Чай с сахаром и шиповником	180	0,15	0,03	0,25	43,46		2,5	0,5	0,01	4,65	0,56	5,16	0,89				
Чай с медом	40	0,16	0,4	19,32	34	0,06			0,52	0,2	3,2	3,8	0,8				
ИТОГО	500	22,57	16,82	75,20	544,39	0,24	3,43	81,4	2,44	53,31	206,5	47,93	3,84				

9/14 46,66

Подпись:

Коноваленко О.А.

Коноваленко О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ для льготной категории

на 0.12. 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	курица с картошкой	250	85,75	2,71	12,11	85,75
гарнир	рис- отварной с мясом и овощами	100/5	193,93	2,06	5	12,05
2 блюдо	курица с картошкой	50	443	8,72	8,38	8,14
3 блюдо	чай с сахаром	200	60	3,07	0,02	15
	мед рисовый	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	мед тыквенный	20	13,6	5,34	1,29	14,89
			полдник			

Всего Калорийность 0.12.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 5-11 классы
На 9.10.2022

наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Упорядоченный завтрак	100	11,104	3,109	3,174		33,99	0,308	10,1	-	2,46	2,2	144,48	24,63	2,443	
Яичное омлетное															
с маслом сливочным	100	9,2	4,9	1,3		86,1	0,03	-	-	0,25	3,11	63,95	16,34	0,55	
Чай с сахаром	200	6,3	-	1,5		60	0,01	0,02	-	0,16	23,24	344	86,3	344	
Молоко сливочное	30	8,01	2,68	42,35		210,1	-	-	-	-	-	-	-	-	
ИТОГО															

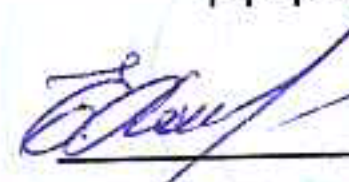
219 32,63

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Утверждаю:

Директор мбоу сош №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 9.12 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Суп с крупами	250	85,75	2,71	12,11	85,75
гарнир	рис отварной с мясом свиным	100/5	193,93	2,06	5	11,05
2 блюдо	Биточек куриных	50	143	8,72	8,38	8,14
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	мяс мясной	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	мяс мясной	20	736	5,34	1,79	14,89
			полдник			
	Лепешки варёные	40	62,8	5,08	4,6	0,28
	мяс мясной	20	24,9	2,2	0,35	13,3
	чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15



Косовицкая О.А.