



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 16.12.2022

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	
Бюффе кушачее							-	-	-	-		-	-	-	-	
искусственное	80	15,53	20,73	4,1		204,8										
Домашнее Омлетное																
с шпинатом и сельдереем	400	4,5	3,2	27,3		414,3	406	-	-	0,94		4,86	37,11	24,12	4,11	
Чай с сахаром	200	0,3		12,2		50	-	0,03	-	-		11,1	2,8	1,4	0,28	
Чай фруктовый	30	5,6	0,5	9,3		15,1	404	-	-	0,5		3,46	33,14	12,58	0,42	
ИТОГО																

01/9.28,94

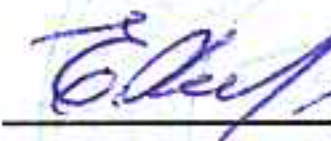
Подпись

Handwritten signature

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Утверждаю:

Директор мбоу сош №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 16.12. 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Кур из свинины конусом	250	75	1,76	4,95	7,90
гарнир	Куршак туркменский	50	143	8,72	8,38	8,14
2 блюдо	Доким отварное с маком шпинатом	80/5	87,89	2	2,31	14,73
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	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			
	Булочки	24	154	6,36	2,4	21,7
	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15



Коновалова О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ для льготной категории

на 16.12. 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	пирог из свежей капусты	250	75	1,76	4,95	7,90
гарнир	картофель тушеный	50	143	8,38	8,72	8,14
2 блюдо	Ротиссоль отварная с маком и шкварками	80/5	87,89	2	2,31	14,73
3 блюдо	чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	хлеб ржачей	30	24,3	2,2	0,55	13,3
	хлеб пшеничный	20	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			



Конованникова О.А.