



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П. Габидулина

ЗАВТРАК 7-4 классы
На 14.12. 2022

ЗАВТРАК														
классы														
2022														
На 19.12.														
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	
Молочная каша	20	11,43	8,42	11,1	167,39	0,12	1,05	11,61	3	29,4	140,21	29,04	15	
Сыр копченый	150	3,28	6,16	22,06	157,25	0,16	25,9	484	0,22	45,76	34,49	32,92	4,22	
Чай с шиповником	180	0,3	0,06	11,5	49,94		30,1	25,24	0,11	7,05	8,95	4,71	0,94	
Ледяной десерт	40	3,16	0,4	19,32	34	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	12,8	
Пюре фруктовое	120	4,8	1,8	11,16	208	0,04	0,06	12		134,4	203,2	15,6	0,12	
ИТОГО														

99,5

24.59.83

КОНОВАЛЕНКО О.А.

Подпись



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 14.12. 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	Mg	Fe	
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11		12	13	14	15	
Витамин нормированный	90	6,33	8,30	25,49		207,38	-	-	-	-		-	-	-	-	-
Витаминизированный с витамином	20/100	6,21	41,7	15,39		204,10	807	805	8039	8075		432	75	5,25	815	
Вит с витамином	200	5	-	7,4		60	-	803	-	-		747	2,8	7,4	828	
ИТОГО																

918.2308

Подпись:

Коноваленко О.А

МЕНЮ ДЛЯ ЛЬБОТНОЙ КАТЕГОРИИ

НА 14.12. 2022

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №6
 Табидуллина Е.П.

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Суп с курицей	250	85,75	4,94	2,11	12,11
гарнир	Помидоры со шкварками	50	113	11,5	13,61	8,04
2 блюдо	Вареное картофельное пюре с мясным соусом	100/15	193,93	2,06	5	12,05
3 блюдо	Котлет с картофельным пюре	100	60	0,04	0,02	15
	Кисель	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	Печенье	20	136	5,34	1,19	19,89
	Полдник					

Подготовлено ОА

14.12.2022

Всего

Контрольное 0.4.

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Суп с картошкой	250	85,75	1,57	2,71	12,11
гарнир	Картофель с маслом и сметаной	50	175	1,5	13,61	0,04
2 блюдо	Греческий салат с помидорами и огурцами	100/5	193,93	2,06	5	12,05
3 блюдо	Салат с курицей и помидорами	100	0,02	0,02	0,2	0,02
	Пюре из картофеля	30	24,9	0,2	0,55	13,3
	Сметана	20	256	5,34	1,79	14,89
	Подлив					
	Всего	50	155	7,86	6,7	14,83
	Салат с огурцами	200	60	0,04	0,02	15

МЕНЮ ДЛЯ ПДА

НА 14.12.2022

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №6
 Габидулина Е.П.