



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.И.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 22.04. 2023

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			
Дополнительное сырье: кефир	20	0,22	0,04	0,76	4,8	0,01	5	26,6	0,14	2,8	5,2	4	0,18			
Молоко натуральное, жирностью 6%	100	14,31	10,38	4,91	158,24	0,06	2,11	168,39	3,55	15,14	144,11	22,54	4,14			
Молоко натуральное, жирностью 6%	150	3,82	4,14	40,03	212,84	0,04		24,5	0,24	6,46	88,65	27,04	0,56			
Две овсяные хлопья	150	3,82	4,14	40,03	43,46		2,5	0,5	0,04	7,65	0,56	5,12	0,89			
Чай с сахаром и молоком	180	0,25	0,03	10,23	94				0,52	0,1	34,8	13,2	0,8			
Чай натуральный	40	3,16	0,4	19,32	38	0,06	38	60	0,2	35	44	11	0,1			
Шоколад	145	0,8	0,1	8,5	38											
Итого	590	22,56	15,22	99,75	551,4	0,25	97,61	228,99	4,69	96,08	290,32	32,93	3,7			

Подпись:

Коноваленко О.А.

Коноваленко О.А.

9/8 68,42

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ для льготной категории

на 20.01 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Пюре из свежих картофелин	250	75	1,76	4,95	7,90
гарнир	Картофельное пюре с молочной сметаной	100/5	158,13	2,72	6,19	23,58
2 блюдо	Компот из яблок и груш	50	164	11,74	12,91	0,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	24,9	2,2	0,25	13,3
	Мед печенье	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	Мед печенье	20	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			



Кабанов О.А.

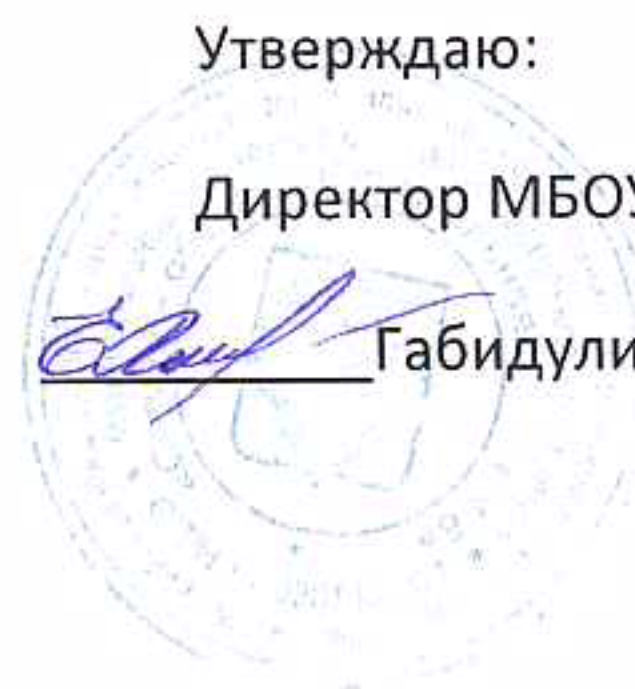
Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 20.01.2023



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Ухи из филе карпа	250	75	1,76	4,95	7,90
гарнир	Картофель пюре с маслом шампиньоны	100/5	158,13	2,72	6,19	23,58
2 блюдо	Котлеты из лосося кун	50	169	11,74	12,91	9,24
3 блюдо	Чай с сахаром	100	24,9	2,2	0,35	13,3
	Чай с сахаром	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	Чай с сахаром	30	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			
	Печенье	29	154	6,36	2,4	21,7
	Чай с сахаром	100	24,9	2,2	0,35	13,3

Григорьев

Коновалова О.А.


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МБОУ СОШ №6
 Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 5-11 классы
 На 20.04. 2023

На 20.04. 2023																
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			
Пшеница из Беларуси	75	44,704	3600	3,179	339,5	4308	1,014	-	2,86	22	144,48	24,68	2,43			
Машина сливок в																
Машина выловленная	80/4	29,75	6	17,3	121	821	-	-	0,61	14,81	203,93	13,583	4,56			
Масло сливочное	200	4,5		7,4	60	-	-	-	-	-	-	-	-			
Масло сливочное	30	3,04	268	42,25	230,1	-	-	-	-	-	-	-	-			
ИТОГО					660.											

Подпись

 КОНОВАЛЕНКО О.А.

20/4 26,57