



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.И.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 26.02.2023

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			
Завтрак из овощей и фруктов	150	16,92	1,7	28,64	309,07	0,2	4,3	6,2	1,22	114,18	233,26	30,82	0,94			
Минерная вода																
из сметаны	180	2,65	2,28	44,42	89,46	0,4	1,1	10,8	0,09	108,48	81	11,64	0,12			
из сметаны	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	12,2	0,8			
сметана	88	25,29	15,89	74,10	558,33	0,22	19,42	88,8	2,66	314,26	364,26	69,26	4,24			
ИТОГО	510	25,28	17,88	96,10	558,33	0,22	19,42	88,8	2,66	314,26	364,26	69,26	4,24			

Подпись:

Коноваленко О.А

919 55,42



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
На 26.04. 2023

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	Mg	Fe		
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
булгур с мясом и овощами	85	9,94	8,21	35,13	246,1	0,04	0,23	0,03	4,14	32,81	22,83	17,16	4,14			
картофель с овощами																
картофель	100/5	29,75	6	17,3	171	0,21	-	-	0,81	14,82	203,93	135,83	4,56			
картофель с овощами	100	0,2		45	60	0,04	4,4	0,004	-	0,8	8,6	4,6	0,2			
картофель	30	804	2,68	47,15	250,1	0,04	4,4	0,04	-	0,8	8,6	4,6	0,2			
ИТОГО					566											

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

879 35,43

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Габидулина Е.П.

МЕНЮ для ГПД

на 26.01 2023

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Коричневый пирог	250	103,75	1,80	4,92	10,93
гарнир	Рис отваренный с маслом солью	100г	112,3	3,68	3,17	17,62
2 блюдо	Курица филе	50	164	11,24	12,51	0,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	Хлеб пшеничный	20,0	24,2	0,35	1,33	24,9
	Хлеб пшеничный	30	136	5,34	1,49	14,84
			полдник			
	Сдоба объемная	30	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 26.01 2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Борщ из свежей капусты	250	103,75	1,80	4,92	13,93
гарнир	Рожки отварные с мясным сметанным	100/5	112,3	3,66	3,12	17,62
2 блюдо	Курица тушеная	50	164	11,14	12,91	0,24
3 блюдо	Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15
	мед рыбной	30	24,2	0,35	13,3	24,9
	мед рыбной	30	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			



Кисованенко О.В.