



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 20.01.2023

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
Котлетки из свинины	90	14,40	8,48	15,68		202,56	0,10	2,00	11,3	1,0		26,40	154,52	28,26		4,32
Пюре картофельное из																
Свинина отварная	20	0,3	0,04	0,88		5	0,01	0,4	2	0,04		8	14,4	5,6		0,22
Макароны отварные																
Пюре картофельное	150	6,94	5,44	31,42		202,45	0,24		25,6	0,49		12,34	165,55	100,04		3,4
Чай с сахаром и лимонной	180	0,25	0,03	0,23		43,46		2,5	0,5	0,04		9,65	0,56	5,12		0,89
Яблоко свежее	40	3,16	0,4	19,32		94	0,06	38	10	0,2		35	14	11		0,1
Итого	100	0,8	0,2	4,5		38	0,06	38	10	0,2		35	14	11		0,1
на 100г	610	26,08	14,59	84,10		583,13	0,64	45,04	44,14	2,21		98,36	591,41	167,33		6,99

Подпись:

Евг

Коноваленко О.А

09. 72,03



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБРАК 5-11 классы
На 30.01 2023

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		
Супчик из овощей	20/30	18,5	22,2	4,2	202,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Шоколадные супчики															
Пюре из картофеля	200/5	4,5	3,2	24,3	114,3	0,06	-	-	0,94	4,86	33,12	24,02	7,19		
Чай с сахаром	200	0,3		12,2	50	-	0,03	-	-	1,1	2,8	4,4	0,28		
Чай зеленый	30	5,6	0,3	0,3	15,1	0,04	-	-	0,5	8,26	33,14	12,58	0,42		
ИТОГО					385,2										

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

29.01.2023

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 30.01.2023

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	суп гороховый	250	103,75	1,80	4,92	10,93
гарнир	картофельное пюре с мясной смесью	100г	193,93	2,05	5	12,05
2 блюдо	бигос из фруктов	50	143	8,72	3,38	8,14
3 блюдо	чай с сахаром	100	60	0,07	0,02	15
	чай с сахаром	30	24,9	2,2	0,35	13,3
	чай с сахаром	30	136	5,34	1,79	14,89
			полдник			
	белое	29	154	6,36	2,4	21,7
	чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15

Габидулина Е.П.

Коноваленко О.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

Габидулина Е.П.

МЕНЮ для льготной категории

на 30.01.2022

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	суп гороховый	250	103,75	1,80	4,92	10,93
гарнир	картофельное пюре с молочной сметаной	180/5	193,93	2,05	5	12,05
2 блюдо	бифштекс из телятины жареный	30	143	8,72	8,38	8,14
3 блюдо	чай с сахаром	200	60	0,04	0,02	15
	молочный пудинг	30	24,9	2,2	2,55	13,3
	молочный пудинг	30	136	5,34	1,29	14,89
			полдник			

Габидулина Е.П.

Коновалова О.А.