



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 1-4 классы
На 09.02. 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	Ca	Р	Mg	Fe		
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Завтрак из рыбного филе с овощами и картофельным пюре	150	19,14	13,8	24,69	303,44	0,04	0,5	90	444	442,24	232,24	252,86	23,36			
Мандарин	100	26,5	2,28	14,42	89,46	0,04	4,14	49,8	0,09	108,48	81	14,65	0,14			
Мед натуральный	40	3,16	4,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8			
Мандарин	140	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	10	0,2	35	42	11	0,7			
ИТОГО	590	22,56	15,22	79,75	551,40	0,25	47,61	228,66	463	232,32	638	63,8	4,65			

Подпись:

Сид

Коноваленко О.А

919.64.00



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ N6
Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
на 09.02 2023

наименование блюда	Масса порции н, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Варенные картофель	75	0,74	8,21	35,13	296,1	0,74	0,73	0,03	1,14	32,82	82,83	17,16	1,79			
Дополнительное																
с добавлением	100	29,15	6	17,3	121	0,21	-	-	0,61	14,81	203,93	135,83	4,56			
с добавлением	100	0,3		15	60	0,24	1,9	0,04	-	9,8	8,6	7,6	0,2			
с добавлением	20	8,01	2,68	48,25	250,1	-	-	-	-	-	-	-	-			
ИТОГО					566											

Подпись

КОНОВАЛЕНКО О.А.

09.02.2023

МЕНЮ ДЛЯ ГПД

НА 9.02. 2023

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



РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Дорог и сметаной кормить	250	103,15	1,80	4,92	1093
гарнир	Домашнее сметаной с картошкой	100/5	111,3	3,68	3,14	11,62
2 блюдо	Картофель с сметаной	50	164	1,44	12,91	0,24
3 блюдо	Чай с сметаной	200	60	0,04	0,01	15
	Чай с сметаной	30	24,9	0,2	0,35	13,3
	Чай с сметаной	30	26,13	5,34	1,29	28,5
	подник					
	Чай с сметаной	50	194	4,11	1,25	44,43
	Чай с сметаной	200	60	0,04	0,02	15

Кухня

ГПД

МЕНЮ ДЛЯ ЛЬБОТНОЙ КАТЕГОРИИ

НА 9.02 2023

Утверждаю:  
 Директор МБОУСОШ №6
 Габидулина Л.

РАЗДЕЛ	БЛЮДО	ВЫХОД	КАЛОРИЙНОСТЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1 блюдо	Борщ из свеклы с капустой	250	105,75	4,80	4,96	20,93
гарнир	Фаршированные макароны	100г	112,3	3,68	3,14	14,62
2 блюдо	Картофель запеченный	50	169	11,14	12,91	0,24
3 блюдо	Ветчина с картофелем	200	60	0,04	0,02	15
	Хлеб пшеничный	30	24,9	0,2	0,35	13,5
	Хлеб ржаной	20	166,73	5,34	1,79	28,5
	подник					

 