

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

 Е.П.Габидулина

Завтрак 1-4 классы на 20.09.2021 года

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		
1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12	13	14			
Омлет с овощами	100	0,4	0,4	9,8		44	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2			
Пюре из картофеля	95	2,3	2,5	15,9		95	-	-	-	-	135	-	-	-			
Зеленое яблоко - порция	25	5,65	5,23	-		20	-	-	0,001	-	3	67	8,75	-			
Пюре из картофеля с маслом	150/10	5,89	11,44	26,34		230,25	0,16	0,88	0,054	0,58	115,12	173,48	45,55	1,29			
Макароны с сыром	200	0,07	0,02	9,98		40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,5	0,26			
Хлеб ржаной	38	2,9	1,1	19,5		99,6	0,042	-	-	0,65	4,22	24,7	4,94	0,46			
Итого	485	17,24	20,69	80,22		581,85	0,232	10,91	0,055	1,41	284,39	248,98	69,59	4,21			

Подпись







УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

ЗАБТРАК 5-11 классы
На декабрь 2021

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	
Машина-генератор.	60	18,5	20,22	4,2		202,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Розмешив.	100/5	4,5	3,2	27,3		114,3	0,06	-	-	0,84	4,86	34,17	21,12		1,11	
Машина	200	0,3	-	12,2		50	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4		0,28	
Машина	30	5,6	9,9	0,3		15,1	0,04	-	-	0,5	8,16	33,14	12,58		0,42	
ИТОГО						385,2										

Подпись:

Машина *Машина* *Машина*

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Е.П. Габидулина

на Меню для ГПД
20 сентября.

МБОУ СОШ №6

Обед	
Суп картофельный	250.
с рисом.	
Котлетки из фарша	50
с картофельным пюре	100
Чай с сахаром.	200
Хлеб рж.	202
Хлеб пш.	20
Пудинг.	
Личи вареное.	1шт.
Хлеб ржаной.	20
Чай с сахаром	200.

Подпись

Кураева

Н.А. Кураева

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина



Меню для детей льготной категории
на 20 сентября

МБОУ СОШ №6

	Обед
Суп картофельный	250
с рисом	
фрукты из корзины	50
картофель и морковь	100
чай с сахаром	200
хлеб рж.	20
хлеб пш.	20

Подпись

Зураева Н.Ф.