

Директор МБОУ СОШ N 6

  
Е. П. Табидулина

Забрпак 1-4 классы на 30 сентября 2021 года

| Наименование<br>блюда                                          | Масса<br>порции,<br>г | Пищевые<br>вещества(г) |       |       |        |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |        |        |       |      |    | Минеральные вещества (мг) |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------|-------|-------|--------|-------|-----------------------------------|---------------|------|--------|--------|-------|------|----|---------------------------|--|--|--|
|                                                                |                       | Б                      | Ж     | У     |        |       |                                   | В1            | С    | А      | Е      | Ca    | P    | Mg | Fe                        |  |  |  |
| 1                                                              | 2                     | 3                      | 4     | 5     | 6      | 7     | 8                                 | 9             | 10   | 11     | 12     | 13    | 14   |    |                           |  |  |  |
| Пюре<br>свежей<br>моркови                                      | 120                   | 0,48                   | 0,36  | 12,36 | 56,4   | 0,024 | 6                                 | -             | 0,48 | 22,8   | 19,2   | 44,4  | 2,76 |    |                           |  |  |  |
| Сливки<br>молочные                                             | 55                    | 6,06                   | 13,15 | 0,21  | 144,1  | 0,01  | -                                 | -             | 0,21 | 19,03  | 87,45  | 11    | 0,94 |    |                           |  |  |  |
| Оливки<br>замоченные                                           | 150                   | 15,14                  | 16,9  | 2,7   | 223,58 | 0,11  | 0,28                              | 0,24          | 0,64 | 109,42 | 242,83 | 17,66 | 2,86 |    |                           |  |  |  |
| Пюре<br>картофельное<br>с<br>зеленым<br>горошком и<br>сметаной | 200                   | 3,14                   | 2,68  | 14,94 | 80,6   | 0,44  | 1,3                               | 0,02          | -    | 125,63 | 90     | 14    | 0,12 |    |                           |  |  |  |
| Хлеб пшеничный                                                 | 38                    | 2,9                    | 1,1   | 19,5  | 99,6   | 0,04  | -                                 | -             | 0,65 | 7,22   | 24,7   | 4,94  | 0,46 |    |                           |  |  |  |
| Итого                                                          | 525                   | 27,76                  | 34,14 | 49,34 | 604,28 | 0,626 | 7,58                              | 0,26          | 2,02 | 224,1  | 464,8  | 62    | 7,14 |    |                           |  |  |  |

Подпись

Stybauf- Stybaeda 21. 9.

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

Е.П.Габидулина

Завтрак 5-11 классы на 2021 года

| Наименование<br>блюда                  | Масса<br>порции,<br>г | Пищевые<br>вещества(г) |      |       |       |  | Энергетическая<br>ценность (ккал) |  |  |  |  | Витамины (мг) |      |      |      |       |        |        | Минеральные вещества (мг) |  |  |  |  |  |  |
|----------------------------------------|-----------------------|------------------------|------|-------|-------|--|-----------------------------------|--|--|--|--|---------------|------|------|------|-------|--------|--------|---------------------------|--|--|--|--|--|--|
|                                        |                       | Б                      | Ж    | У     |       |  |                                   |  |  |  |  | В1            | С    | А    | Е    | Ca    | P      | Mg     | Fe                        |  |  |  |  |  |  |
| 1                                      | 2                     | 3                      | 4    | 5     | 6     |  |                                   |  |  |  |  | 7             | 8    | 9    | 10   | 11    | 12     | 13     | 14                        |  |  |  |  |  |  |
| Вареники с<br>рыболовным<br>фаршем     | 75                    | 9,94                   | 8,21 | 30,13 | 246,1 |  |                                   |  |  |  |  | 0,04          | 0,73 | 0,03 | 1,14 | 32,82 | 22,83  | 17,16  | 1,14                      |  |  |  |  |  |  |
| Овощная суп-пюре с обжаренными грибами | 100/5                 | 29,75                  | 6    | 17,3  | 121,0 |  |                                   |  |  |  |  | 0,21          | -    | -    | 0,61 | 14,82 | 203,93 | 135,83 | 4,56                      |  |  |  |  |  |  |
| Молочный суп с грибами                 | 200                   | 0,04                   | 0,02 | 15    | 60    |  |                                   |  |  |  |  | -             | 0,03 | -    | -    | 11,1  | 2,8    | 14     | 0,22                      |  |  |  |  |  |  |
| Рисовый суп                            | 30                    | 8,01                   | 2,68 | 49,75 | 250,1 |  |                                   |  |  |  |  | -             | -    | -    | -    | -     | -      | -      | -                         |  |  |  |  |  |  |
| Итого                                  |                       |                        |      |       | 566,0 |  |                                   |  |  |  |  |               |      |      |      |       |        |        |                           |  |  |  |  |  |  |

Подпись

Н.А. Купаева

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6  
Е.П.Габидулина

Меню для ГПД  
на 30 сентября

МБОУ СОШ №6

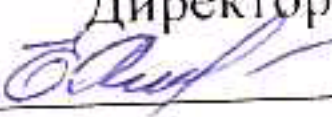
|                 |      |      |
|-----------------|------|------|
| Суп гороховый   | Обед | 250  |
| с картофелем.   |      |      |
| Щи из капусты с |      | 50   |
| рисом отварным. |      | 100  |
| Чай с сахаром.  |      | 200. |
| Хлеб рж.        |      | 20   |
| Хлеб пш.        |      | 20.  |
| пайочек.        |      |      |
| Булочка содовой |      | 50   |
| чая             |      |      |
| чай с сахаром.  |      | 200. |

Подпись

Кураева

Н.А.Кураева

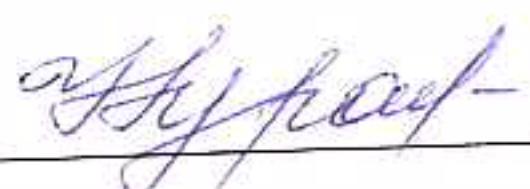
Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6  
 Е.П. Габидулина

Меню для детей льготной категории  
на 30 сентября.

МБОУ СОШ №6

|                  |      |      |
|------------------|------|------|
|                  | Обед |      |
| Суп гороховый с  |      | 250. |
| картошкой        |      |      |
| салат из кура. с |      | 50   |
| рисом отваренн.  |      | 100  |
| чай с сахаром    |      | 200  |
| хлеб рж.         |      | 20   |
| хлеб пш.         |      | 20   |
| поджар.          |      |      |
|                  |      |      |
|                  |      |      |
|                  |      |      |
|                  |      |      |

Подпись  Н.А. Кураева