

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

 Е.И.Габдулина

Завтрак 1-4 классы на 6 октября 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	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Омлет с яйцами.	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	—	—	16	11	9	2,2.	
Сыр "Восточный" порционный.	25	5,8	7,38	—	90	0,08	0,18	0,065	0,125	220	125	8,35	0,25	
Запеченная рыба.	150	2,5	13,1	17,3	244,7	0,08	0,12	0,2	0,99	199,1	296,9	3744	1,48.	
Омлет с сыром.	200	0,02	0,02	9,98	40	—	0,03	—	—	11	2,8	1,4	0,26.	
Хлеб пшеничный	38	2,9	1,1	19,5	99,6	0,04	—	—	0,65	422	24,7	4,94	0,46.	
Итого														

Подпись

 

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

 Е.И. Габдулина

Завтрак 5-11 классы на всемедель 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	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
Волшебный завтрак	83	8,21	9,84	35,13	246,1	0,1	0,26	0,32	0,45	103	225,44	16,13	2,63		
Витаминный завтрак	30/20	7,5	1,7	24,5	400,0	—	—	—	—	—	—	—	—		
Молочная каша	200	2,79	3,19	13,74	118,69	0,22	1,3	0,02	—	126,74	90	14	0,13		
Итого															

Подпись



Н.А. Кураева

Утверждаю:



Директор МБОУ СОШ N6
Е.П.Габидулина

Меню для ГПД
на 6 октября

МБОУ СОШ N6

Обед	
Борщ из свежей	250.
капусты с картоф.	
Соуска отв. с	30
отв. поткаши	100
чай с сахаром	200
Хлеб рж.	20
Хлеб пш.	20
палочки	
Линзо варёное	1 шт.
Хлеб рж.	20
чай с сахаром	200

Подпись Кураева Н.А. Кураева

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6

 Е.П.Габидулина

Меню для детей льготной
на Богданов Катерина

МБОУ СОШ №6

Борщ из св. капусты	Обед	250
Сосиска отб. с		30
пюре из св.		100
Чай с сахаром		200
Хлеб рж.		20
Хлеб пш.		20
пюре		
суп		700
Хлеб рж.		20
Чай с сахаром		200.

Подпись



Н.А.Кураева