

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

 Е.П.Габдулина

Завтрак 1-4 классы на 18 сентября 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)					Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У				6	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5				7	8	9	10	11	12	13	14		
Омлет с сыром	120	0,48	0,36	12,36			55,4	0,04	6	-	0,48	22,8	192	144	2,76		
Запеченная рыба	150	18,9	13,1	19,3			284,4	0,05	0,72	0,2	0,99	194,1	296,9	34,44	1,48		
Омлет с сыром	200	14,08	3,54	14,94			98,6	0,06	1,09	0,22	-	152,05	124,56	21,34	0,44		
Рис с печеным курицей	38	2,9	1,1	19,5			99,6	0,04	-	-	0,65	7,22	24,7	4,94	0,46		
Итого	480	26,36	18,16	44,19			599,3	0,14	8,33	0,22	2,12	381,14	495,36	78,12	5,14		

Подпись

 

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ N 6

Абдуллина Е.П.Г

Завтрак 5-11 классы на 12.05.2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)					Энергетическая ценность (ккал)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
		Б	Ж	У			6	7	8	9	10	11	12	13	14						
1	2	3	4	5																	
оладьи	45	0,4	4,03	4,25			53,9	0,16	0,74	0,08	0,48	0,22	6,7	17,76	2,92						
сметана	130	26,13	5,8	33,7			25,4	0,14	0,16	-	0,18	36,98	89,6	24,45	10						
сливочное масло	200	5,0	0	24,4			60	-	0,03	-	-	14,1	3,8	4,4	0,28						
яичный порошок	30	8,04	2,68	43,5			200,8	-	-	-	-	-	-	-	-						
Итого							389,1														

Подпись

Абдуллина

Н.А. Кураева

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

Меню для ГПД
на 12 октября

МБОУ СОШ №6

пшеница из свеклы	Обед	250.
с картошкой.		
Биточки из курятины		50.
с пюре картофельным.		100.
Чай с сахаром		200.
Хлеб ржаной		20.
Хлеб пшеничный.		20.
пюре.		
Булочка сожженная		50.
Чай с сахаром		200.

Подпись

Кураева

Н.А. Кураева

Утверждаю:



Директор МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидулина

Меню для детей льготной категории
на 12 октября

МБОУ СОШ №6

Обед	
салат из свежей капусты с картофель	250
Вареники из картофеля с мясом картофеля	50
чай с сахаром	100
хлеб рж.	200
хлеб пшеничный	20

Подпись

Габидулина Е.П.