



МБМУ СОШ №6  
Е.И.Д. Абилдина

ЗАБІТРАК 1-4 класцы  
На 16 верасня 2020

| Найменуванне б.люда | Маса<br>чопш<br>н, л | Пішэвыя вешчэства (г) |       |       |        | Энергетыцкая<br>вешчэства (ккал) | Вітаміны (мг) |       |      |         |        | Мінеральныя вешчэства (мг) |      |    |  |
|---------------------|----------------------|-----------------------|-------|-------|--------|----------------------------------|---------------|-------|------|---------|--------|----------------------------|------|----|--|
|                     |                      | Б                     | Ж     | У     | Х      |                                  | В1            | С     | А    | Е       | Са     | Р                          | Мg   | Fe |  |
| 2                   | 3                    | 4                     | 5     | 6     | 7      | 8                                | 9             | 10    | 11   | 12      | 13     | 14                         | 15   |    |  |
| Сырыя асцяжы        | 100                  | 0,83                  | 0,17  | 7,5   | 38     | 0,06                             | 38            | 0,01  | 0,2  | 3,5     | 14     | 71                         | 0,7  |    |  |
| Сырыя калупы        | 60                   | 0,66                  | 0,12  | 2,28  | 13,2   | 0,08                             | 10,5          | -     | 0,42 | 8,4     | 15,8   | 12                         | 0,54 |    |  |
| Сырыя мускатны      |                      |                       |       |       |        |                                  |               |       |      |         |        |                            |      |    |  |
| Сырыя бобовыя       | 50/50                | 9,45                  | 4,95  | 3,8   | 10,5   | 0,05                             | 3,23          | 0,006 | 2,52 | 39,07   | 16,29  | 48,53                      | 0,85 |    |  |
| Сырыя крэмнёвае     | 150                  | 3,06                  | 4,8   | 20,44 | 137,25 | 0,14                             | 18,16         | -     | 0,18 | 36,98   | 86,6   | 27,25                      | 1,01 |    |  |
| Сырыя калупы        | 100                  | 0,07                  | 0,02  | 9,98  | 40     | -                                | 0,03          | -     | -    | 7,7     | 2,8    | 1,4                        | 0,26 |    |  |
| Сырыя мускатны      | 38                   | 2,9                   | 7,1   | 19,5  | 99,6   | 0,04                             | -             | -     | 0,65 | 7,22    | 24,4   | 4,94                       | 0,46 |    |  |
| ИТОГО               | 610                  | 17,27                 | 41,16 | 63,5  | 433,05 | 0,51                             | 80,42         | 0,016 | 3,97 | 137,167 | 308,89 | 105,62                     | 3,22 |    |  |

Подпись:

*Сырыя*

Колываленко О.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ №6  
Е.И.Табитуллина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ №6  
Е.П.Габидулина

ЗАБІП'ЯК 1-4 КІЛАСИ  
На 16 годин 2020

| Наименование б. продукта | Масса порции<br>н.г | Пищевые вещества (г) |   |    | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |   |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |    |    |  |  |
|--------------------------|---------------------|----------------------|---|----|-----------------------------------|---------------|---|----|----|----|---------------------------|----|----|--|--|
|                          |                     | Б                    | Ж | У  |                                   | В1            | С | А  | Е  | Са | Р                         | Мг | Fe |  |  |
| 2                        | 3                   | 4                    | 5 | 6  | 7                                 | 8             | 9 | 10 | 11 | 12 | 13                        | 14 | 15 |  |  |
| сок апельсиновый         | 200                 |                      |   | 46 | 46                                | -             | - | -  | -  | -  | -                         | -  | -  |  |  |
| ИТОГО                    |                     |                      |   |    |                                   |               |   |    |    |    |                           |    |    |  |  |

How much:

*Surf*

Коноваленко О.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ №6  
Е.И.Ладина

ЗАВТРАК 5-11 классы  
11а 2021

| наименование блюда     | Масса порции<br>г, г | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |     |      |       | Минеральные вещества (мг) |       |      |  |
|------------------------|----------------------|----------------------|------|-------|-----------------------------------|---------------|------|-----|------|-------|---------------------------|-------|------|--|
|                        |                      | Б                    | Ж    | У     |                                   | В1            | С    | А   | Е    | Ca    | P                         | Mg    | Fe   |  |
| 2                      | 3                    | 4                    | 5    | 6     | 7                                 | 8             | 9    | 10  | 11   | 12    | 13                        | 14    | 15   |  |
| Блинов из сметаны      | 75                   | 9,94                 | 8,21 | 35,15 | 246,1                             | 904           | 923  | 903 | 1,14 | 32,82 | 82,83                     | 17,16 | 1,14 |  |
| сметана                |                      |                      |      |       |                                   |               |      |     |      |       |                           |       |      |  |
| Молоко в сметане 45/15 |                      | 4,5                  | 3,2  | 27,3  | 117,3                             | 906           | -    | -   | 0,92 | 4,86  | 34,11                     | 21,12 | 1,11 |  |
| сахар                  | 100                  | 0,3                  | -    | 15    | 60                                | -             | 0,03 | -   | -    | 11,1  | 2,8                       | 1,4   | 0,28 |  |
| ванилин                | 30                   | 5,6                  | 9,9  | 9,3   | 15,1                              | 904           | -    | -   | 0,5  | 8,76  | 33,14                     | 12,58 | 0,42 |  |
| ИТОГО                  |                      |                      |      |       |                                   |               |      |     |      |       |                           |       |      |  |

Подпись:

Начальник ОА

Утверждаю:



Директор МБОУ СОШ №6  
Е.М. Габидулина

Меню для ГПД

на 16 декабря 2024

МБОУ СОШ №6

Обед

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| Суп картофельный с рошменом | 250.  |
| Выпечка из кура             | 50    |
| Картофельное пюре           | 100/5 |
| Чай                         | 200   |
| Хлеб ржаной                 | 20    |
| Хлеб пшеничный              | 20    |
| Получили                    |       |
| Булочки сдобные             | 50    |
| Чай                         | 200   |

Подпись

*Григорьев*

Кочетков О.А.

Утверждаю:



Директор МБОУ СОШ №6  
Е.Н. Табидулина

Меню для детей льготной категории  
на 16 декабря 2021

МБОУ СОШ №6

Обед

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Суп картофельный с рисом | 250   |
| Булочки куриные          | 50    |
| Картофельное пюре        | 100/5 |
| Чай                      | 200   |
| Хлеб ржаной              | 20    |
| Хлеб пшеничный           | 20    |

Подпись

Жамаева И.А.