



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ №6
Е.П.Габидуллина

ЗАВТРАК 1-4 классы
На 25МАЯ 2022

наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0.4	0.4	9.8		47	0.03	10	-	0.2	16	11	9	2.2		
Котлета из курицы	100	17.36	9.5	16.15		220	0.2	0.9	0.054	68.29	57.38	77	22.2	3.6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2.9	1.1	19.5		99.6	0.042	-	-	0.65	7.22	24.7	4.94	0.46		
Чай с низким содержанием сахара	200	0.07	0.02	9.98		40	-	0.03	-	-	11	2.8	1.4	0.26		
Продукт йогуртный	95	2.3	2.5	15.9		95			0.07	0.8	135					
Макаронные изделия отварные с сыром	130/20	9.4	10.09	26.67		235.25	0.054	0.14	0.07		186.53	132.47	14.18	0.92		
ИТОГО	550	32.86	23.38	95.7		727.85	0.356	39.07	0.134	69.94	432.1	253.97	53.72	5.34		

Вопросительное: как «ваши» продукты - 0, 200 гр

ПОДПИСЬ

КОНОВАЛЕНКО О.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МБОУ СОШ №6
 Е.П.Габидулина

ЗАВТРАК 5-11 классы
 На 25 МАЯ 2022

наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Гуляш из филе грудки	50/50	0.7	4.03	4.25	53.9	0.1 6	0.72	0.08 3	54.8 3	50.22	67	17.76	2.92		
Рис отварной с маслом	70/4	9.2	4.9	1.3	86.1	0.0 3	--	-	0.35	3.77	63.95	63.95	16.34		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.3		12.2	50		0.03	-	-	11.1	2.8	1.4	0.28		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	8.01	2.68	42.75	250.1	-	-	-	-	-	-	-	-		
ИТОГО	405	18.21	12.5 9	60.45	440.1	0.1	0.29	0.32	0.75	114.1	228.57	18.13	2.91		

ПОДПИСЬ

КОНОВАЛЕНКО О.А.