



Категория: Школьники 1-4 классы

Table for Day 1 (18 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances (B, Z, U), energy value, and vitamins/minerals (B1, C, A, E, Ca, P, Mg, Fe).

Table for Day 2 (19 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 3 (20 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 4 (21 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 5 (22 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 6 (23 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 7 (25 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 8 (26 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 9 (27 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

Table for Day 10 (28 September 2023). Columns include recipe number, dish name, price, yield, food substances, energy value, and vitamins/minerals.

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------|-------|-------|-------|------|-------|------|
| День 11 (29 сентября 2023г.) | | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,20 | 0,01 | 0,21 | 86,4 | 0,15 | 264 | 150 | 10,5 | 0,3 |
| сб.шк.2004таб.2 | Сыр порциями | 50 | 6,30 | 5,30 | 0,50 | 78,00 | 0,033 | | 75 | | 25 | 86 | 5 | 0,6 |
| Т.К.№19655 | Яйца вареные | | | | | | | | | | | | | |
| №311сб.шк.200 | Каша манная молочная жидкая с маслом | 150/10 | 5,40 | 7,20 | 26,80 | 194,00 | 0,06 | 0,48 | 0,14 | 0,518 | 114,4 | 171 | 17,03 | 0,38 |
| №639.сб.шк.200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,10 | 31,20 | 121,00 | 0,07 | 0,21 | 0,29 | 14,62 | 8,5 | 0,92 | 8,5 | 0,92 |
| Дели принт№1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| Де.пр.№1.2011г | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | | | 0,69 | 9,9 | 58,2 | 17,1 | 1,35 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 64,19 | 23,72 | 22,74 | 84,80 | 637,50 | 0,263 | 0,9 | 161,8 | 16,31 | 427,8 | 485 | 62,33 | 3,88 |
| День 12 (30 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | |
| №392 Дели201г | Пельмени мясные отварные с бульоном | 180/70 | 17,60 | 29,50 | 49,00 | 522,00 | 0,13 | 28,3 | 0,18 | 1,283 | 109,3 | 239 | 61,1 | 2,72 |
| №123.орг.лит.ш | Компот из компотной смеси | 200 | 0,20 | 0,04 | 18,01 | 73,00 | 0,07 | 16,8 | 0,21 | 0,014 | 14,62 | 1,54 | 8,5 | 0,92 |
| Дели принт№1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| Де.пр.№1.2011г | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | | | 0,69 | 9,9 | 58,2 | 17,1 | 1,35 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 64,19 | 22,36 | 30,83 | 93,31 | 730,30 | 0,29 | 45,1 | 0,39 | 2,317 | 139,8 | 318 | 90,9 | 5,32 |

Зав. Производством :



Калькулятор:





МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
П.А.Габитова

Категория 5-11 классы

| № рецептур | Наименование блюда | Цена блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) | В1, мг. | В2, мг. | С, мг. | Са, мг. | Mg, мг. | Fe, мг. | А, мг. | Е, мг. | Р, мг. |
|--------------------------------------|--|--------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| | | | | Б | Ж | У | | | | | | | | | | |
| День 1 (18 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №311 | Каша молочная "Дружба" с маслом слив. | | 200/10 | 7,70 | 10,60 | 41,00 | 291,00 | 0,14 | 0,19 | 0,66 | 156,08 | 45,44 | 0,99 | 0 | 0 | 0 |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 10,05 | 11,47 | 65,10 | 401,00 | 0,17 | 0,19 | 0,66 | 162,34 | 49,64 | 1,35 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| День 2 (19 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №413 | Сосиска (халяль) отварная с том. соусом | | 50/50 | 4,70 | 9,90 | 0,40 | 110,00 | 0,01 | 0,04 | 0 | 10,76 | 6,26 | 0,75 | 0 | 0 | 0 |
| №297 | Гарнир гречневый | | 180/5 | 10,40 | 6,80 | 45,40 | 288,00 | 0,31 | 0,16 | 0 | 16,88 | 159,54 | 5,47 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 17,51 | 17,12 | 66,20 | 493,30 | 0,38 | 0,20 | 0,00 | 37,80 | 182,90 | 7,60 | 0,00 | 0,69 | 58,20 |
| День 3 (20 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №374 | Горбуша, тушенная в томате с овощами | | 50/50 | 15,47 | 7,30 | 3,13 | 144,00 | 0,14 | 0,11 | 1,69 | 20,12 | 27,8 | 0,65 | | | |
| №297 | Гарнир рисовый | | 180/5 | 4,30 | 4,70 | 44,10 | 240,00 | 0,04 | 0,03 | 0 | 5,48 | 29,94 | 0,62 | 0 | 0 | 0 |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 22,12 | 12,87 | 71,33 | 494,00 | 0,21 | 0,14 | 1,69 | 31,86 | 61,94 | 1,63 | 0,00 | 0,33 | 19,50 |
| День 4 (21 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №462 | Ежики мясные в соусе томатном | | 60/40 | 6,90 | 9,75 | 8,03 | 148,00 | 0,02 | 0,04 | 0,35 | 8,87 | 13,29 | 0,57 | 0 | 0 | 0 |
| №520 | Картофельное пюре | | 180 | 3,7 | 5,90 | 24,00 | 166,00 | 0,14 | 0,12 | 12,5 | 42,72 | 34,08 | 1,24 | 38 | 0 | 0 |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 13,01 | 16,07 | 52,43 | 409,30 | 0,22 | 0,16 | 12,80 | 61,75 | 64,47 | 3,19 | 38,00 | 0,69 | 58,20 |
| День 5 (22 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №311 | Каша пшеничная молочная с маслом | | 200/10 | 7,20 | 8,10 | 35,40 | 237,00 | 0,13 | 0,18 | 0,51 | 131 | 35,5 | 1,8 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 9,55 | 8,97 | 59,50 | 347,00 | 0,16 | 0,18 | 0,51 | 137,26 | 39,7 | 2,16 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| День 6 (23 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №492 | Плов из курицы | | 150/50 | 18,40 | 23,40 | 32,20 | 415,00 | 0,06 | 0,09 | 0,61 | 20,2 | 37,7 | 1,68 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 20,81 | 23,82 | 52,60 | 510,30 | 0,12 | 0,09 | 0,61 | 30,36 | 54,8 | 3,06 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| День 7 (25 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №311 | Каша пшеничная молочная жидкая со сливочным маслом | | 200/10 | 7,20 | 8,90 | 34,10 | 246,00 | 0,18 | 0,16 | 0,51 | 126 | 44 | 1,14 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 9,55 | 9,77 | 58,20 | 356,00 | 0,21 | 0,16 | 0,51 | 132,26 | 48,2 | 1,5 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| День 8 (26 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №413 | Сосиска (халяль) отварная с том. соусом | | 50/50 | 4,70 | 9,90 | 0,40 | 110,00 | 0,01 | 0,04 | 0 | 10,76 | 6,26 | 0,75 | 0 | 0 | 0 |
| №332 | Макаронные изделия отварные | | 180/5 | 6,60 | 4,70 | 39,40 | 230,00 | 0,07 | 0,02 | 0 | 11,31 | 9,07 | 0,92 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 13,71 | 15,02 | 60,20 | 435,30 | 0,14 | 0,06 | 0,00 | 32,23 | 32,43 | 3,05 | 0,00 | 0,69 | 58,20 |
| День 9 (27 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №302 | Каша ячневая молочная со сливочным маслом | | 200/10 | 6,90 | 8,00 | 35,80 | 243,00 | 0,13 | 0,17 | 0,49 | 143,8 | 32,99 | 0,87 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 9,25 | 8,87 | 59,90 | 353,00 | 0,16 | 0,17 | 0,49 | 150,06 | 37,19 | 1,23 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| День 10 (28 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №451 | Котлета из мяса говядины с том. соусом | | 60/40 | 16,20 | 14,50 | 13,90 | 252,00 | 0,07 | 0,12 | 0,29 | 34,65 | 28,56 | 1,48 | | | |
| №107 | Пюре гороховое | | 180/5 | 17,70 | 5,80 | 41,60 | 292,00 | 0,061 | 0,12 | 0 | 98,97 | 89,65 | 5,83 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 36,31 | 20,72 | 75,90 | 639,30 | 0,19 | 0,24 | 0,29 | 143,78 | 135,31 | 8,69 | 0,00 | 0,69 | 58,20 |
| День 11 (29 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №311 | Каша манная молочная жидкая с маслом | | 200/10 | 7,50 | 10,00 | 37,20 | 269,00 | 0,09 | 0,2 | 0,67 | 158,89 | 23,66 | 0,52 | | | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| №1050 | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,00 | 75,00 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 4,2 | 0,33 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 9,85 | 10,87 | 61,30 | 379,00 | 0,12 | 0,2 | 0,67 | 165,15 | 27,86 | 0,88 | 0 | 0,33 | 19,5 |
| День 12 (30 сентября 2023г.) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №392 | Дели Пельмени мясные отварные с бульоном | | 180/70 | 10,34 | 12,18 | 20,34 | 237,00 | 0,159 | 0,491 | 0,18 | 1,283 | 79,453 | 239 | 10,58 | 0,01 | |
| №685 | Чай с сахаром | | 200/10 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| ГТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2,31 | 0,42 | 11,30 | 60,30 | 0,06 | 0 | 0 | 9,9 | 17,1 | 1,35 | 0 | 0,69 | 58,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 35,00 | | 12,75 | 12,60 | 40,74 | 332,30 | 0,219 | 0,491 | 0,18 | 11,443 | 96,553 | 240 | 10,58 | 0,7 | 58,2 |

Зав. Производством :
Калькулятор :



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
П.А.Габитова

| 1 день (18 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|------------------|---------|------|-----|----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 769 | Булочка домашняя | 80 | | 7,3 | 12 | 55 | 358 | 0,08 | 0,04 | 0 | 15,5 | 9,72 | 0,82 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 2 день (19 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|--------------------|---------|------|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|
| 746 | Пирожок с повидлом | 75 | | 4,9 | 2,5 | 46 | 225 | 0,05 | 0,03 | 0,06 | 14,4 | 8,18 | 0,88 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 3 день (20 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|--------------------|---------|------|-----|-----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 773 | Булочка "Веснушка" | 80 | | 7,8 | 7,2 | 57 | 326 | 0,08 | 0,04 | | 17,1 | 10,4 | 0,86 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 4 день (21 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|---------------------|---------|------|-----|----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 769 | Булочка "Завитушка" | 80 | | 7,3 | 12 | 55 | 358 | 0,08 | 0,04 | 0 | 15,5 | 9,72 | 0,82 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 5 день (22 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|-----------------|---------|------|------|------|------|-------|------|------|------|------|------|------|
| 85 | Булочка сдобная | 80 | | 4,68 | 5,04 | 31,4 | 190,2 | 0,05 | 0,04 | 0,03 | 16,2 | 6,34 | 0,55 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 6 день (23 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|-------------|---------|------|------|------|------|-----|------|------|----|------|----|------|
| TK | Пряники | 60 | | 3,24 | 3,96 | 44,3 | 226 | 0,05 | 0,04 | 0 | 7,2 | 6 | 4,14 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 7 день (25 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|------------------|---------|------|-----|----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 769 | Булочка домашняя | 80 | | 7,3 | 12 | 55 | 358 | 0,08 | 0,04 | 0 | 15,5 | 9,72 | 0,82 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 8 день (26 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|-----------------------|---------|------|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|
| 239 | Плюшка новомосковская | 95 | | 7,8 | 5,8 | 51 | 291 | 0,09 | 0,04 | 0,04 | 23,7 | 11,1 | 0,84 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 9 день (27 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|-------------------------------|--------------------|---------|------|-----|-----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 773 | Булочка "Веснушка" | 80 | | 7,8 | 7,2 | 57 | 326 | 0,08 | 0,04 | | 17,1 | 10,4 | 0,86 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 10 день (28 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|--------------------------------|---------------------|---------|------|-----|----|-----|-----|------|------|----|------|------|------|
| 769 | Булочка "Завитушка" | 80 | | 7,3 | 12 | 55 | 358 | 0,08 | 0,04 | 0 | 15,5 | 9,72 | 0,82 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 11 день (29 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|--------------------------------|-----------------|---------|------|------|------|------|-------|------|------|------|------|------|------|
| 85 | Булочка сдобная | 80 | | 4,68 | 5,04 | 31,4 | 190,2 | 0,05 | 0,04 | 0,03 | 16,2 | 6,34 | 0,55 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

| 12 день (30 сентября 2023 г.) | | Завтрак | Б | Ж | У | К/К | В1 | В2 | С | СА | Mg | Fe | |
|--------------------------------|-------------|---------|------|------|------|------|-----|------|------|----|------|----|------|
| TK | Пряники | 60 | | 3,24 | 3,96 | 44,3 | 226 | 0,05 | 0,04 | 0 | 7,2 | 6 | 4,14 |
| 685 | Чай сладкий | 200 | 8,80 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0,26 | 0 | 0,03 |

Зав. Производством :

Калькулятор:



«Согласовано»
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А.Габитова

18 сентября 2023г.

| | Обед | К/к | |
|-----------------------------------|-------|-------|------------|
| 1 Суп гороховый с картофелем б/м. | 250 | | 199 |
| 2 Котлета гов. с том.соусом | 50/30 | | 158 |
| 3 Макароны изделия отварные | 100/5 | | 128 |
| 4 Чай сладкий. | 200 | | 35 |
| 5 Хлеб пшеничный | 30 | | 75 |
| 6 Хлеб ржаной | 30 | 50,00 | 60 |
| | | | 655 |

19 сентября 2023г.

| | Обед | К/к | |
|-------------------------------------|--------|-------|------------|
| 1 Щи из св.капусты с картофелем б/м | 250 | | 91 |
| 2 Плов из курицы | 110/40 | | 314 |
| 3 Чай сладкий. | 200 | | 35 |
| 4 Хлеб пшеничный | 30 | | 75 |
| 5 Хлеб ржаной | 30 | 50,00 | 60 |
| | | | 575 |

20 сентября 2023г.

| | Обед | К/к | |
|-------------------------------------|-------|-------|------------|
| 1 Суп вермишелевый с картофелем б/м | 250 | | 111 |
| 2 Омлет смешанный с мясн.продуктами | 120/5 | | 226 |
| 3 Чай сладкий. | 200 | | 35 |
| 4 Хлеб пшеничный | 30 | | 75 |
| 5 Хлеб ржаной | 30 | 50,00 | 60 |
| | | | 507 |

21 сентября 2023г.

| | Обед | К/к | |
|------------------------------------|-------|-------|------------|
| 1 Суп пшеничный с картофелем б/м | 250 | | 112 |
| 2 Тефтели из говядины в соусе том. | 60/30 | | 186 |
| 3 Пюре гороховое | 100/5 | | 162 |
| 4 Чай сладкий. | 200 | | 35 |
| 5 Хлеб пшеничный | 30 | | 75 |
| 6 Хлеб ржаной | 30 | 50,00 | 60 |
| | | | 630 |

22 сентября 2023г.

| | Обед | К/к | |
|------------------------------------|--------|-------|------------|
| 1 Борщ с капустой и картофелем б/м | 250 | | 97 |
| 2 Жаркое по-домашнему из курицы | 110/40 | | 334 |
| 3 Чай сладкий. | 200 | | 35 |
| 4 Хлеб пшеничный | 30 | | 75 |
| 5 Хлеб ржаной | 30 | 50,00 | 60 |
| | | | 601 |

Зав. производством:

Калькулятор: