



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДПП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (безмолочное) 7-11 лет														
Мясо птицы, отварное с овощами ; 16 546,15	80	10,66	13,13	2,92	172,24	0,07		510,64		20,36	107,78	21,50	1,00	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Итого		21,17	21,24	84,46	615,06	0,32		523,74	3,59	53,23	196,76	39,30	3,12	74,67
Обед (безмолочное) 7-11 лет														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами (без сметаны); 65,64	250	2,04	3,00	12,67	86,16	0,08		205,21		12,13	47,77	19,61	0,66	
Филе грудки отварное (на суп); 108,06	20	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Плов из мяса птицы; 131,42	220	15,79	20,06	47,25	432,33	0,12		319,28		24,90	200,78	49,93	1,66	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		29,73	29,75	100,37	786,03	0,61	1,00	539,61	0,63	59,61	368,92	93,97	4,50	83,02