

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 марта 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 (Сахарный диабет) 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 80 | 8,42 | 5,13 | 2,89 | 91,90 | 0,07 | | 292,39 | | 32,76 | 133,27 | 33,79 | 0,57 | |
| Каша рисовая вязкая с маслом | 134 | 2,08 | 3,19 | 21,44 | 122,68 | 0,02 | | 18,00 | 0,16 | 5,85 | 44,55 | 14,60 | 0,32 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35,00 | | | 23,80 | | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 35 | 2,80 | 0,35 | 16,10 | 77,00 | 0,14 | | | 0,60 | 10,15 | 45,50 | 14,70 | 1,05 | |
| Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 15,70 | 68,00 | 0,03 | | 5,00 | | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 2,20 | |
| Итого | | 16,41 | 18,98 | 56,26 | 460,68 | 0,26 | | 384,19 | 0,86 | 167,16 | 297,32 | 77,59 | 4,23 | |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) | 60 | 1,38 | 3,08 | 4,01 | 50,15 | 0,03 | | 242,03 | | 37,99 | 27,68 | 15,54 | 0,51 | |
| Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной | 205 | 1,77 | 3,16 | 10,37 | 77,39 | 0,07 | | 170,37 | | 13,78 | 41,46 | 16,20 | 0,54 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 90 | 12,00 | 14,77 | 3,29 | 193,76 | 0,08 | | 574,48 | | 22,91 | 121,26 | 24,19 | 1,12 | |
| Каша кукурузная вязкая с маслом | 155 | 3,59 | 4,14 | 30,45 | 173,43 | 0,06 | | 36,62 | 0,35 | 12,70 | 48,15 | 13,02 | 1,19 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 35 | 2,80 | 0,35 | 16,10 | 77,00 | 0,14 | | | 0,60 | 10,15 | 45,50 | 14,70 | 1,05 | |
| Итого | | 21,54 | 25,50 | 64,22 | 571,73 | 0,38 | | 1 023,50 | 0,95 | 97,53 | 284,05 | 83,65 | 4,41 | 157,94 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 марта 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 (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 100 | 10,44 | 6,07 | 3,61 | 111,45 | 0,09 | | 365,70 | | 40,46 | 165,35 | 41,92 | 0,70 | |
| Каша рисовая вязкая с маслом | 155 | 2,47 | 3,99 | 24,97 | 145,60 | 0,03 | | 22,50 | | 6,81 | 51,45 | 16,83 | 0,37 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35,00 | | | 23,80 | | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 40 | 3,20 | 0,40 | 18,40 | 88,00 | 0,16 | | | 0,68 | 11,60 | 52,00 | 16,80 | 1,20 | |
| Яблоко | 130 | 0,52 | 0,52 | 20,41 | 61,10 | 0,04 | | 6,50 | | 20,80 | 14,30 | 11,70 | 2,86 | |
| Итого | | 19,34 | 20,89 | 67,52 | 507,25 | 0,32 | | 463,50 | 0,78 | 182,07 | 346,10 | 92,75 | 5,22 | |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) | 60 | 1,38 | 3,08 | 4,01 | 50,15 | 0,03 | | 242,03 | | 37,99 | 27,68 | 15,54 | 0,51 | |
| Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной | 260 | 2,30 | 4,50 | 13,04 | 102,39 | 0,09 | | 215,98 | | 20,47 | 53,88 | 20,49 | 0,68 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 100 | 13,32 | 16,41 | 3,57 | 214,87 | 0,09 | | 627,20 | | 24,11 | 134,10 | 26,53 | 1,23 | |
| Каша кукурузная вязкая с маслом | 155 | 3,59 | 4,14 | 30,45 | 173,43 | 0,06 | | 36,62 | 0,35 | 12,70 | 48,15 | 13,02 | 1,19 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 40 | 3,20 | 0,40 | 18,40 | 88,00 | 0,16 | | | 0,68 | 11,60 | 52,00 | 16,80 | 1,20 | |
| Итого | | 23,79 | 28,53 | 69,47 | 628,84 | 0,43 | | 1 121,83 | 1,03 | 106,87 | 315,81 | 92,38 | 4,81 | 181,89 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

