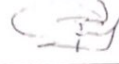


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДФ ГО г.Уфа

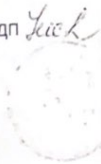
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 декабря 2022 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 (строгое 7-11) | | | | | | | | | | | | | | |
| Мясо птицы отварное (филе индейки) | 40 | 10,71 | 12,08 | | 151,52 | 0,03 | | 5,49 | 0,16 | 8,80 | 109,80 | 10,56 | 0,79 | |
| Каша пшениная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах) | 150/5 | 4,31 | 6,23 | 24,94 | 173,20 | 0,16 | | 1,13 | 2,31 | 13,07 | 87,48 | 31,30 | 1,04 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | 0,48 | 1,53 | 0,02 | 0,14 | 0,02 | |
| Хлеб из безбелковой смеси | 25 | 0,05 | 1,19 | 12,73 | 61,85 | | | | | | | | | |
| Яблоко | 120 | 0,48 | 0,48 | 18,84 | 81,60 | 0,04 | | 6,00 | | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 | |
| Итого | | 15,55 | 19,98 | 56,51 | 468,17 | 0,23 | | 12,62 | 2,95 | 42,60 | 210,50 | 52,80 | 4,49 | 92,22 |
| Обед (строгое 7-11 лет) | | | | | | | | | | | | | | |
| Рассольник с перловой крупой (без сметаны) | 200 | 1,41 | 4,22 | 9,97 | 83,68 | 0,04 | | 201,23 | | 14,16 | 47,64 | 13,97 | 0,51 | |
| Мясо птицы отварное (филе индейки) | 45 | 12,01 | 13,55 | | 170,02 | 0,03 | | 6,16 | 0,18 | 10,04 | 123,20 | 11,86 | 0,88 | |
| Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен) | 130/4 | 2,96 | 4,82 | 35,81 | 199,31 | | | | 1,76 | 4,05 | 0,08 | 0,24 | 0,03 | |
| Компот из свежих плодов (б/сах) | 200 | 0,16 | 0,16 | 3,92 | 18,80 | 0,01 | 4,00 | 2,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,88 | |
| Хлеб из безбелковой смеси | 30 | 0,08 | 1,41 | 15,42 | 74,72 | | | | 0,57 | 1,93 | 0,03 | 0,21 | 0,02 | |
| Итого | | 16,62 | 24,16 | 65,12 | 546,53 | 0,08 | 4,00 | 209,39 | 2,59 | 36,58 | 175,35 | 29,88 | 2,32 | 99,58 |

Начальник ОДП



Исламова Н.А.