



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
 В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся ( строгое )

10 октября 2022 г.

Завтрак 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Мясо птицы отварное (филе индейки)	50	13,34	15,05		188,78	0,03		6,84	0,21	11,15	136,8	13,17	0,98	
Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом	150/5	4,73	6,23	21,41	160,45	0,16		0,75	2,5	10,44	111,85	75,18	2,54	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб из безбелковой смеси	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
		18,2	23,2	41,5	447	0,19	0	8	3,5	24	249	89	3,6	74,70

Обед 7-11 лет

Суп с макаронными изделиями (безглютен)	200	1,94	2,41	17,28	98,98	0,08	13,2	161,8	0,99	13,58	43,88	18,14	0,68	
Мясо птицы (филе индейки) тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	35/35	9,28	13,77	1,06	165,4	0,03	1,05	144,66	1,72	14,8	101,18	12,8	0,8	
Рис припущенный (растительное масло)	150	3,73	5,82	38,85	222,47	0,04			2,54	9,72	78,86	26,58	0,57	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
		15,03	23,41	72,61	561,57	0,15	14,25	306,5	5,82	40,03	223,95	57,73	2,07	82,06

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

