

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 180 | 9,38 | 9,72 | 39,58 | 284,16 | 0,10 | | 64,56 | | 134,40 | 123,12 | 15,67 | 1,01 | |
| Сыр (порциями) | 15 | 3,95 | 3,99 | | 52,50 | | 0,11 | 35,70 | 0,06 | 150,00 | 90,00 | 8,25 | 0,11 | |
| Чай с лимоном (сах.диабет) | 200 | 0,06 | 0,01 | 0,21 | 2,38 | | 2,80 | 0,14 | 0,01 | 2,80 | 1,54 | 0,84 | 0,04 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,40 | 0,30 | 13,80 | 66,00 | 0,12 | | | 0,51 | 8,70 | 39,00 | 12,60 | 0,90 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара) | 100 | 3,20 | 3,20 | 4,50 | 62,00 | 0,03 | 0,60 | | | 119,00 | | 14,00 | 0,10 | |
| Итого | | 18,99 | 17,22 | 58,09 | 467,04 | 0,25 | 3,51 | 100,40 | 0,58 | 414,90 | 253,66 | 51,36 | 2,16 | |
| 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 картофельный с горохом | 250 | 5,91 | 4,55 | 19,49 | 142,91 | 0,25 | 11,65 | 261,90 | 1,98 | 36,77 | 87,23 | 35,88 | 2,08 | |
| Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом | 60/30 | 7,32 | 11,10 | 5,32 | 151,21 | 0,01 | | 45,00 | | 3,36 | 4,63 | 2,60 | 0,12 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| Компот из смеси сухофруктов (б/сах) | 200 | 0,44 | 0,09 | 12,96 | 48,80 | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,40 | 0,30 | 13,80 | 66,00 | 0,12 | | | 0,51 | 8,70 | 39,00 | 12,60 | 0,90 | |
| Итого | | 22,22 | 23,98 | 77,06 | 607,62 | 0,57 | 11,65 | 572,18 | 2,49 | 98,46 | 271,79 | 141,80 | 6,16 | 151,22 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 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 | Мg | Fe | |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 200 | 10,44 | 10,15 | 44,17 | 310,68 | 0,11 | | 67,65 | | 148,64 | 136,58 | 17,43 | 1,12 | |
| 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 с лимоном (сах. диабет) | 200 | 0,06 | 0,01 | 0,21 | 2,38 | | 2,80 | 0,14 | 0,01 | 2,80 | 1,54 | 0,84 | 0,04 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,40 | 0,30 | 13,80 | 66,00 | 0,12 | | | 0,51 | 8,70 | 39,00 | 12,60 | 0,90 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,20 | 3,20 | 4,50 | 62,00 | 0,03 | 0,60 | | | 119,00 | | 14,00 | 0,10 | |
| Итого | | 18,81 | 23,57 | 62,81 | 542,16 | 0,26 | 3,40 | 136,59 | 0,62 | 381,54 | 240,12 | 50,37 | 2,25 | |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) сах диабет | 80 | 1,84 | 4,10 | 5,35 | 66,87 | 0,04 | 41,48 | 322,71 | 1,91 | 50,66 | 36,90 | 20,72 | 0,68 | |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,91 | 4,55 | 19,49 | 142,91 | 0,25 | 11,65 | 261,90 | 1,98 | 36,77 | 87,23 | 35,88 | 2,08 | |
| Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом | 60/40 | 7,11 | 8,67 | 4,14 | 123,67 | 0,01 | 2,00 | 60,00 | 1,22 | 4,23 | 6,10 | 3,44 | 0,15 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 180/10 | 5,75 | 8,74 | 25,83 | 204,70 | 0,19 | | 45,90 | 0,46 | 14,71 | 137,10 | 90,20 | 3,06 | |
| 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 | | 24,33 | 26,98 | 93,62 | 687,25 | 0,69 | 55,13 | 697,01 | 6,25 | 138,77 | 333,63 | 178,74 | 10,03 | 178,56 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.