

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 февраля 2023 г.

| 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          |              |
| <b>Завтрак (безмолочное) 7-11 лет</b>                      |                     |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |               |             |              |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)     | 35/35               | 9,19                 | 11,62        | 2,10          | 149,40                         | 0,05          |   | 71,38         |             | 12,04                     | 80,83         | 12,07         | 0,76        |              |
| Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом     | 150/5               | 4,73                 | 6,23         | 21,41         | 160,45                         | 0,16          |   | 0,75          | 2,50        | 10,44                     | 111,85        | 75,18         | 2,54        |              |
| Чай с сахаром  | 200                 |                      |              | 9,98          | 39,90                          |               |   |               |             | 0,30                      |               |               | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30                  | 2,40                 | 0,30         | 16,50         | 78,00                          | 0,10          |   |               |             | 6,00                      | 19,50         | 4,20          | 0,75        |              |
| Яблоко   | 130                 | 0,52                 | 0,52         | 20,41         | 61,10                          | 0,04          |   | 6,50          |             | 21,80                     | 14,30         | 11,70         | 2,86        |              |
| <b>Итого</b>   |                     | <b>16,84</b>         | <b>18,67</b> | <b>70,40</b>  | <b>488,85</b>                  | <b>0,35</b>   |   | <b>78,63</b>  | <b>2,50</b> | <b>40,58</b>              | <b>226,48</b> | <b>103,15</b> | <b>6,94</b> | <b>64,44</b> |
| <b>Обед (безмолочное) 7-11 лет</b>                         |                     |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |               |             |              |
| Суп картофельный с клецками                                | 200                 | 1,53                 | 2,67         | 10,13         | 70,88                          | 0,06          |   | 163,02        |             | 12,79                     | 35,78         | 14,04         | 0,55        |              |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом                  | 60/40               | 10,84                | 11,35        | 12,35         | 195,58                         | 0,01          |   | 60,00         |             | 7,45                      | 6,41          | 3,69          | 0,18        |              |
| 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 с сахаром  | 200                 |                      |              | 9,98          | 39,90                          |               |   |               |             | 0,30                      |               |               | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 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                  | 30                  | 2,40                 | 0,30         | 13,80         | 66,00                          | 0,12          |   |               | 0,51        | 8,70                      | 39,00         | 12,60         | 0,90        |              |
| <b>Итого</b>   |                     | <b>20,90</b>         | <b>20,44</b> | <b>101,61</b> | <b>672,83</b>                  | <b>0,33</b>   |   | <b>223,02</b> | <b>3,05</b> | <b>44,96</b>              | <b>179,55</b> | <b>61,11</b>  | <b>2,98</b> | <b>72,54</b> |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.