



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

26 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	Ca	P	Mg	Fe	
Мясо птицы отварное (филе индейки)	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,8	109,8	10,56	0,79	
Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом	150/5	2,36	5,33	24,64	155,84	0,03			2,33	5,61	50,05	16,83	0,36	
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	
		13,2	18,8	40,1	382	0,06	0	5	3,1	16	160	28	1,2	74,70

Обед 7-11 лет

Суп картофельный с гречневой крупой	200	2,02	2,45	12,3	79,5	0,09	9,2	161,36	1,03	16,13	56,12	29,71	1,06	
Плов из мяса птицы (филе индейки)*	150	12,78	20,41	30,44	356,62	0,07	1,35	185	4,32	17,12	169,3	34	1,25	
Напиток лимонный (б/сах)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
		14,94	24,28	48,37	513,22	0,16	13,35	346,5	5,93	37,98	226,99	64,76	2,37	82,06

Начальник ОДП
 Исламова Н.А.

