



Утверждаю  
 \_\_\_\_\_  
 2022 г.

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	К				
<b>Завтрак: Сладкий завтрак (2-3 порции)</b>																	
Рыба, запеченная с морковью; 89,36	70	9,51	5,51	12,20	134,61	0,07											
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,12	155	5,50	4,14	50,45	173,45	0,06											
Масло сливочное; 401	10	0,20	7,21	4,73	66,71												
Сыр (порционный); 27,02	15	3,45	3,49		51,41												
Чай (б/сах); 282,18	200																
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания; 421,11	40	5,20	0,40	19,40	96,00	0,14											
Яблоко; 38,01	120	0,40	0,40	10,40	51,40	0,04											
<b>Итого</b>		<b>20,06</b>	<b>13,14</b>	<b>32,05</b>	<b>334,17</b>	<b>0,21</b>											
<b>Обед: Сладкий завтрак (2-3 порции)</b>																	
Борщ с мясом (с картошкой) со сметаной и св. луком; 50,41	55	1,40	4,40	4,10	96,40	0,04											
Котлеты, фарш мясной с томатным соусом; 465,94	100	10,00	1,00	2,00	20,00	0,01											
Каша, гречневая вязкая с маслом; 175,10	65	5,10	5,10	4,10	175,10	0,05											
Компот из смеси сухофруктов (б/сах); 245,05	200	0,40	0,40	12,40	66,40												
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания; 421,11	40	5,20	0,40	19,40	96,00	0,14											
<b>Итого</b>		<b>12,10</b>	<b>11,10</b>	<b>38,10</b>	<b>353,90</b>	<b>0,24</b>											



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

16 ноября 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Рыба, запеченная с морковью ; 89,36	70	9,51	5,32	12,20	134,68	0,07		312,24		73,33	157,93	36,33	0,61	
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Масло сливочное ; 401,08	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>18,67</b>	<b>18,70</b>	<b>75,39</b>	<b>543,59</b>	<b>0,29</b>		<b>414,66</b>	<b>0,94</b>	<b>215,85</b>	<b>320,68</b>	<b>78,25</b>	<b>5,43</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной сах.диабет; 56,4	208	1,55	4,49	6,66	74,02	0,03	15,51	257,08	1,58	40,34	41,82	19,46	0,90	
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95	0,01		45,00		5,76	5,39	2,88	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 302,02	154	4,76	4,14	21,46	141,94	0,16		18,75	0,34	11,40	112,95	75,18	2,54	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах) ; 293,05	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	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>20,49</b>	<b>19,91</b>	<b>76,75</b>	<b>564,31</b>	<b>0,36</b>	<b>42,11</b>	<b>320,83</b>	<b>2,43</b>	<b>90,70</b>	<b>199,16</b>	<b>117,82</b>	<b>4,56</b>	<b>170,48</b>

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.*