СОГЛАСОВАНО Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

25 октября 2021

## Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

					3	автра	K							
Присти пирре, регимполяния	Масса	rea (r)	Энерге- тическа		Витами	ны (мг)		Мин	ральные в	ещества (		Цена		
gvave	порции	Б	ж	У	я ценност	B1	C	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	60,0	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Рис прилущенный*(м/с)	150	3,79	6,54	38,96	229,69	0,04		37,35	0,29	11,71	81,24	26,58	0,59	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Какао на молоке	200 .	3,71	3,83	21,5	136,2	0,03	0,38	17,98	0,09	121,78	109,42	29,92	0,96	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
Яблоко	125	0,5	0.5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
(CS - CS -	15	0,12	10,88	0,2	99,15			67,5	0,15	3,6	4,5		0,03	
Масло сливочное	15	3,95	3,99		52,5		0,11	35,7	0,06	150	90	8,25	0,11	
Сыр (порциями)	15	26,89	39,24	107,53	895,10	0,23	16,07	242,06	1,75	335,99	325,4	97,36	5,92	105,24

## Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

						Обед								
Прием пищи, наименование	Macca	Пищея	не веще	ства (г)	Энерге-		Витами	ны (мг)		Мине	ральные ве	нцества (м	r)	Цена
блюда	порции	Б	Ж	y	я ценност	B1	С	A	E	Ca	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/8	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03	170,48	1,54	36,22	40,3	16,98	0,62	
Рыба, тушенная с овощами	60/30	10,4	7,21	2,17	115,26	0,11	2,34	454,64	2,6	21,31	114,42	24,31	0,54	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,65	0,89	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Клеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	125 +	0,6	0,5	12,25	50,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Теченье	26	2.04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Атого	1	26,66	23,80	159,00	959,01	0,56	42,87	594	6,75	133,48	310,53	89,60	9,55	112,0

Начальник ОДДП М Исламова Н.А

СОГЛАСОВАНО Директор школы УТВЕРЖДАЮ Директор МАУ ИЛЛИ ГО г. Уфа В.К. Смирнов

школьное меню для организации питания обучающихся 25 октября 2021 г.

Macca	Пищен	не вещес	Ten (r)	Энерге-		Bulaur	HM (MI)		Минирал	lemes son	цестве (и	7 4	6114
порции	Б	ж	У	(келл)	B1	C	A	E	Cai	P	Mg	76	
	3aı	зтрак (	OB3, 1	инвали	ды с	7-11	лет						
40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	50	0,6	14,36	5,51	13,86	0,68	
150	3,79	6,54	38,96	229,69	0,04		37,35	0,29	11,71	81,24		-	
30	2,25	0,87	15,42	78,9	0.03						-	-	-
200	3,71	3,83	21,5	136,2	0.03	0,38	17,98	0,09					
26	2,04	2,71	16,73	99,36	0.03		17,28	0,31		A Company	-	-	
125	0.5	0.5	12,25	58,75	0,04	12,5	5.25	0,25	20		-		
	3.95	3.00		52,5		0,11	35,7	0,06	150	90	10000000	- TOWN	
10	26.77	28.36	107,33	795,95	0,23	18,07	174,55	1,50	333,39	320,9	37,35	5.89	
	0	бед С	ВЗ,	инвали	ды с	7-11	лет						
200/8	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03	170,48	1,54	36,22	40,3	16,98	0,52	
60/30	10,4	7,21	2,17	115,26	0,11	2,34	454,64	2,6	21,31	114,42	24,31	0,54	
150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	15,79	48,55	8,56	0.89	
200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	-
30	2.4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4.2	0,75	
30	2,4	0,3											
26	2,04	2,71	16,73	99,36	-		17,28						_
MAN TO SERVICE STATE OF THE PARTY OF THE PAR	1	0,2	20,2	92	0.0	2 4		1	1100				
200	26:16	23.30	146.7	5 900.2	6 0.5	2 30,3	7 687	6,50	113,4	8 295	,78 78,	35 6,8	0
	40/40 1150 30 200 26 125 15 200/8 60/30 150/10 200 30	Масса воръдени Б  3ав 40/40 10.53  150 3,79 30 2,25 200 3,71 26 2,04 125 0.5 15 3,95 26,77  0  200/8 1,52 60/30 10,4  150/10 5,56 200 0,44 30 2,4 30 2,4 26 2,04 200 1	Массая  40/40 10.53 9.92  150 3,79 6,54  30 2.25 9,87  200 3,71 3,83  26 2.04 2,71  125 0.5 0,5  15 3.95 3,96  200/8 1,62 4,50  60/30 10,4 7,21  150/10 5.86 7,93  200 0,44 0,09  30 2.4 0,3  30 2.4 0,3  26 2,04 2,71  200 1 9,2	ВОРДИМ Б Ж У  Завтрак ОВЗ, 1  40/40 10.53 9.92 2,47  150 3,79 6,54 38,96  30 2,25 0,87 15,42  200 3,71 3,83 21,5  26 2,04 2,71 16,73  200 0,44 0,9 32,92  30 2,4 0,3 15,6  26 2,04 2,71 16,73  200 1 0,2 20,2	Масса порции Б Ж У У   Завтрак ОВЗ, инвали  40/40 10.83 9.92 2,47 140.85  150 3.79 6.54 38.96 229.89  30 2.25 0.97 15.42 78.9  200 3.71 3.83 21.5 136.2  26 2.04 2.71 16.73 99.36  125 0.5 0.5 12.25 59.76  15 3.95 3.96 52.5  26.77 28.36 107.33 795.95  Обед ОВЗ, инвали  200/8 1.62 4.56 7.29 77.49  60/30 10.4 7.21 2.17 115.26  150/10 5.86 7.83 57.14 243.55  200 0.44 0.09 32.92 128.6  30 2.4 0.3 13.8 66  26 2.04 2.71 16.73 99.36  200 1 0.2 20.2 92	Массъ поръдин Б Ж У цический В1   Завтрак ОВЗ, инвалиды С  40/40 10.53 9.92 2,47 140.99 0,69   *150 3,79 6,54 38,96 229,59 0,64  30 2,25 0,87 15,42 78,9 0,93  200 3,71 3,83 21,5 136,2 0,63  125 0.5 0,5 12,26 59,76 0,04  15 3,95 3,94 9,56 12,56 59,76 0,04  15 3,95 3,94 9,56 25,5 12,56 50,76 0,04  15 3,95 3,94 9,56 0,5 12,26 59,76 0,04  200 10,4 7,21 2,17 115,25 0,11  150/10 5,86 7,83 37,14 243,55 0,09  200 0,44 0,09 32,92 128,6  30 2,4 0,3 16,6 78 0,1  30 2,4 0,3 13,8 66 0,12  200 1 0,2 20,2 92 0,0	Массав порции  Б Ж У	Масса порции  Б Ж У (мент)  Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  40/40 10.53 9.92 2.47 146.85 0.66 3.68 60  150 3.79 6.54 98.96 229.89 0.04 37.35  200 3.71 3.83 21.5 136.2 0.03 0.36 17.98  266 2.04 2.71 18.73 99.36 0.03 17.28  125 0.5 0.5 12.25 59.76 0.04 12.5 52.5 15 3.95 3.96 52.5 0.11 39.7  267 28.36 107.33 795.95 0.23 19.07 176.95  Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  200/8 1.62 4.56 7.29 77.49 0.05 24.03 170.88  60/30 10.4 7.21 2.17 115.28 0.11 2.34 454.84  150/10 5.86 7.93 37.14 243.55 0.09 45  200 0.44 0.09 32.92 128.8  30 2.4 0.3 13.8 66 0.12  26 2.04 2.71 16.73 99.36 0.03 17.28	Массъв пордин В В Ж У Ченность (ки) В1 С А Е  Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  40/40 10.53 9.92 2.47 140.95 0.95 3.08 50 0.9   150 3.79 6.54 38.96 229.89 0.64 37.35 0.29  30 2.25 0.97 15.42 78.9 0.03	Массав порции Б Ж У цененость (кили) В1 С А Е Си   Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  40/40 10.53 9.92 2,47 140.95 0.06 3,08 60 0.8 14,36   *150 3,79 6,54 38,96 229,89 0,64 37,35 0,29 11.71  30 2.25 0,87 15,42 78,8 0,03 0,38 17,98 0,69 121,76  200 3,71 3.83 21.5 136,2 0,03 0,38 17,98 0,69 121,76  26 2,04 2,71 16,73 99,36 0,03 17,28 0,31 9,84  125 0.5 0,5 12,25 49,75 0,04 12,5 6,29 0,25 20  15 395 3.99 52,5 0,11 39,7 0,06 150  26,77 26,36 107,33 765,95 0,23 16,07 174,59 1,60 333,39   Обед ОВЗ, инвалиды С 7-11 лет  200/8 1,62 4,56 7,29 77,49 0,05 24,03 170,48 1,64 38,22   60/30 10,4 7,21 2,17 115,25 0,11 2,34 454,64 2,8 21,31  150/10 5,86 7,63 37,14 243,55 0,09 45 0,89 18,79   200 0,44 0,09 32,92 128,5 0,11 2,34 454,64 2,8 21,31  30 2,4 0,3 13,8 66 0,12 0,51 8,7  26 2,04 2,71 16,73 99,36 0,03 17,26 0,31 9,84  200 1 0,2 20,2 92 0,02 4 0,2 14  200 1 0,2 20,2 92 0,02 4 0,2 14  200 1 0,2 20,2 92 0,02 4 0,2 14  201 113,44 20,5 15,64 113,44 20,5 11	Массая  Бранк  В Ж У   Меская  Меская  Массая  В Тородом  В Торо	Массая  Вордени  В Ж У Ченейно ВВ С А Е СВ Р Мд  Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  40/40 10.53 9.92 2.47 140.99 0.69 3.08 80 9.8 14.36 9.81 13.89  **150 3.79 6.54 39.96 229.69 0.64 37.39 0.29 11.71 81.24 25.59  30 2.25 0.87 15.42 78.9 0.03  200 3.71 3.83 21.5 136.2 0.93 0.38 17.98 0.69 121.76 109.42 29.92  26 2.04 2.71 16.73 99.36 0.03 17.28 0.31 9.84 20.88 3.0  125 0.5 0.5 12.25 89.76 0.04 12.5 6.29 0.25 20 13.75 11.25  15 3.95 3.90 25.5 0.11 35.7 0.06 150 90 8.25  15 3.95 3.90 25.5 0.11 35.7 0.06 150 90 8.25  26.77 28.38 107.33 768.95 0.23 18.07 174.95 1.80 333.39 320.9 97.36   Обед ОВЗ , инвалиды с 7-11 лет  200/8 1.62 4.50 7.29 77.49 0.05 24.03 170.48 1.64 38.22 40.3 16.98  150/10 5.86 7.53 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.55 8.56  200 0.44 0.09 32.92 128.5 0.1 2.34 454.84 2.8 21.31 114.42 24.31  30 2.4 0.3 13.8 66 0.12 0.51 0.45 6 19.9 48.55 8.56  200 1 0.2 20.2 92 0.02 4 0.2 14 1 14 8.2 26.8 20.0 11 19.2 20.38 7.8 20.0 11 19.2 20.8 3.1 114.42 20.8 20.8 20.0 11 19.2 20.8 20.0 11 19.2 20.8 3.1 114.42 20.8 20.0 11 19.5 11.2 11.2 11.2 11.2 11.2 11.2 11.2 11	Масса порцена  Б Ж У ценность В1 С А Е Св Р Мд Ре  Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет  40/40 10.53 9.92 2.47 140.95 0.05 3.08 50 0.8 14.36 5.81 13.95 0.88  150 3.79 6.54 38.96 229.95 0.04 37.35 0.29 11.71 81.24 29.58 6.59 3.0 2.25 0.87 15.42 79.9 0.03 1.71 3.83 21.5 138.2 0.03 0.38 17.98 0.09 121.78 109.42 29.92 0.98 20 0.98 12.5 138.2 0.03 0.38 17.98 0.09 121.78 109.42 29.92 0.98 12.5 12.25 50.75 0.04 12.5 6.25 0.25 20 13.75 11.25 2.75 12.25 50.75 0.04 12.5 6.25 0.25 20 13.75 11.25 2.75 15 3.95 3.96 29.25 10.01 3.97 0.05 150 90 8.25 0.11 2.26 77 28.36 107.33 795.95 0.23 18.07 174.95 1.80 333.39 320.9 97.35 5.89   Обед ОВЗ , инвалиды с 7-11 лет  200/8 1.62 4.56 7.29 77.49 0.05 24.03 170.48 1.54 38.22 40.3 16.98 0.99 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.89 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.85 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.85 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.85 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.05 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.05 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.05 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.05 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 37.14 243.55 0.09 45 0.00 18.79 0.05 18.79 48.58 8.55 0.89 150/10 5.88 7.93 5.00 18.79 0.00 18.

Начальник ОДДП

исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО Дирсктор шкоды

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

25 октября 2021

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата )

			Зав	втрак	с 12-18 Энерге-	лет (р	Витамин	el (nt)	7 11310	Минерал	тьные ве	щества (	MT)	Цена
Прием пищи,	Macca	Linmes	(c)	decine.	тическая				E	Ca	P	Mg	Fe	
наименование блюда	порции	5	ж	У	ценност	B1	C	A	-					
Мясс птицы, прилущенное в	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	88,0	27,08
томатном соусе	10110	11230						28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	4,08
Рис припущенный	180	4.52	5,2	46,7	251,43	0,05	12	100000000000000000000000000000000000000	0.09	121,78	109,42	29,92	0,96	12,4
Какао на молоке	200	3,71	3,83	21,5	136,2	0,03	0,38	17,98	0,09	121,70	100/11-			
Хлеб пшеничный обогаценный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	5,6
витаминами										14	14	8	2,8	15,8
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	3.7			
	200						7.10	106,33	1,96	173,32	257,9	90,68	8,58	65,0
Итого		23,76	19,65	118,37	750,48	0,33	7,46	100,33	1,00		30.3016			

Обед с 12-18 лет ( родительская плата)

			0	бел с	12-18 л	ет ( р	одите	льска	я плат	ra)			. [	******
		тишев	PIG BOT	ества	Энерге-		Витамин	ны (мг) -		Минераль	ные веп	цества (	MT)	Цена
Прием пищи,	Macca		(r)		тическая	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	-
наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценност	01							-	-
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	10,88
Рыба, тушенная с овощами	60/40	10,18	7,78	2,17	119,99	80,0	2,21	446,15	3,46	35,96	164,48	43,48	0,73	40,42
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	9,00 (
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,0	1,01
	200													
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	,	4,33
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16		-	0,68		52	16	000	,79 70,0
Итого		25,58	18,72	106,14	694,74	0,56	32,2	5 682	7,6	(19,40	3 343,	11 01		1.010

начальник ОДДП У Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО Директор піколы УТВЕРЖДАЮ Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа В.К. Смирнов

Щкольное меню для организации питания обучающихся

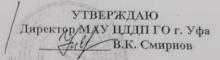
25 октября 2021 г

	1,,,,,,				Энерге-		Витам	ины (мг)		Минер	7)	Цена		
Прием пищи, наименование блюда			ж	У	ценност ь (ккал)	B1	С	А	E	Ca	Р	Mg	Fe	
		0	бед с	7-11 л	тет (ро	дит	ельсь	сая п.	пата)	)				
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	200/8			7,29	77,49	0,05	24,03	170,48	1	36,22	40,3		0,62	
Рыба, тушенная с овощами	60/30	10,4	7,21	2,17	115,26	0,11	2,34	454,64	2,6	21,31	114,42	24,31	0,54	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	,0,89	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6	400		3 ,	- J	0,6	or the section of the con-	* **	0,06	
(леб шеничный богащенный	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
леб ржано- шеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12		g+ += 3	0,51	-8,7	1/39	12,6	0,9	
того		23,12	20,39	109,82	708,90	0,47	26,37	670	5,99	89,62	261,90	66,75	3,76	65.00
	1	Толд	ник	7-18	лет( ј	ооди	тель	ская	пла	ra)				
эк-беляш	100	10,68	13,01	27,65	270,32	0,12	6,92	10,39	3,6	29,46	122,32	21,85	1.68	
к фруктовый 2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
oro		11,68	13,21	47,85	362,32	0,14	10,92	10,4	3,80	43,46	136,3	29,85	4,48	45,0

Начальник ОДДП Уч Исламова Н.А.

и расче





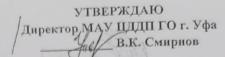
25 октября 2021 г

Прием пищи, наименование	Macca	Пище	(г)	цества	Энерге-	E	Витамин	ы (мг)		Минер	ральные	вещества	(ML)	Цена
блюда	порции	Б	ж	У	ценност ь (ккал)	B1	С	А	E ,	Са	Р	Mg	Fe	
		Зав	трак	OB3,	инвали,	дыс	12-18	лет						
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	
Какао на молоке	200	3,71	3,83	21,5	136,2	0,03	0,38	17,98	0,09	121,78	109,42	29,92	0,96	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Масло сливочное	10	0.08	7,25	0,13	56.1				0,10	2	3,0		0,02	
		23,84	Committee of the Commit	118,50	816,58	0,33	7,46	106,33	2,06	175,72	260,92	90,68	6,60	
		06	бед С	ВЗ, и	нвалид	ыс1	2-18 5	1eT				19		
Ци из свежей капусты со сметаной	250/10		5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Рыба, тушенная с рвощами	60/40	10,18	7,78	2,17	119,99	0,08	2,21	446,15	3,46	35,96	164,48	43,48	0,73	
Макаронные изделия тварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
омпот из смеси ухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
леб пшеничный богащенный итаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
леб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
блоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	-	13,7			
	1000	26,52	19.31	141,33	842,19	0,60	44,75	688	7,92	139,7	6 362,9	2 108,74	7,57	

Начальник ОЛЛП

Исламова Н.А.

## СОГЛАСОВАНО Директор школы



Мжольное меню для организации питания обучающихся

25 октября 2021 г

Прием пищи.	Macca	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге-		Витами	ны (мг)		Минера	эльные в	ещества	(MT)	Цена
наяменование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	В1	С	Α	Е	Са	Р	. Mg	Fe	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	88,0	27,08
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	4,1
Какао на молоке	200	3,71	3,83	21,5	136,2	0,03	0,38	17,98	0,09	121,78	109,42	29,92	0,96	12,40
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	5,60
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	15,80
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1				0,10	2	3,0		0,02	4,36
Итого		24	26,9	118,5	817	0,33	7,46	106,3	2,06	176	260,9	91	6,60	69,37

Обед ММС с 12-18 лет Энерге-Витамины (мг) Минеральные вещества (мг) Цена Пищевые вещества (г) Macca Прием пищи. Fe наименование блюда C Mg порции Ж 5 ценность Ши из свежей 50,38 21,22 0.77 10,88 213,1 1,93 45,28 0.07 30.04 9,11 96.86 5,7 сметаной 40,42 Рыба, тушенная 0,73 164.48 43.48 446,15 3,46 35,96 60/40 10,18 7,78 2,17 119,99 0,08 2,21 с овощами 11,98 Магаронные изделия 18,32 56,31 10,39 1,06 22,5 1 180/10 6.97 4,44 44,48 245,99 0,11 отварные с маслом 7,23 Компот из смеси 32,92 128,6 0,6 0,06 200 0.44 0,09 сухофруктов 4,33 0,14 26 5,6 40 0.4 22 1.04 0,6 8 витаминами 4,36 Хлеб ржано-18,4 0.16 0,68 11,6 52 16,8 1,2 пшеничный 26.02 18.81 129,08 783,44 0,56 32,25 682 4,82 7,67 119,76 349,17 97,49 79,20

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.