

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

Меню приготовляемых блюд в учреждениях с дневным пребыванием
детей в период весенних каникул
28 марта 2022 г.

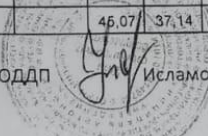
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	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	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай витаминизирован	200			9,7	39	0,15	10							
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,04	13	6,5	0,26	20,8	14,3	11,7	2,86	
Итого		17,30	22,36	80,46	594,91	0,39	26,08	135,35	1,67	54,55	122,8	56,34	5,09	

Обед

Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба припущенная (филе горбуши)	60	15,13	7,79		130,29	0,15	0,66	22,14	2,43	16,97	147,66	22,27	0,46	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,04	13	6,5	0,26	20,8	14,3	11,7	2,86	
Итого		27,77	14,78	122,27	729,01	0,54	18,37	205	4,60	79,89	296,15	71,06	6,28	
Всего за день		46,07	37,14	202,73	1323,92	0,93	44,45	340,48	6,27	134,44	418,90	127,42	11,37	182

Начальник ОДП  Исламова Н.А.