

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся (строгое)

26 сентября 2022 г.

Завтрак 7-11 лет

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Салат из свежих огурцов	40	0,31	2,04	1,11	24	0,01	2,87	0,97	0,92	8,84	13,24	5,46	0,22	
Мясо птицы отварное (филе индейки)	30	8	9,02		113,16	0,02		4,1	0,12	6,98	82	7,91	0,59	
Каша пшенная вязкая без молока с растительным маслом	150/5	4,31	6,23	24,94	173,2	0,16		1,13	2,31	13,07	87,48	31,3	1,04	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		13,2	19,2	53,2	441	0,23	15	12	4,2	50	196	58	4,5	74,70

Обед 7-11 лет

Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,01	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Жаркое домашнему из мяса птицы (филе индейки)*	180	8,63	12,74	17,12	217,96	0,14	21	6,33	2,42	19,88	130,5	30,89	1,47	
Компот из свежих плодов (б/сах)	200	0,16	0,16	3,92	18,8	0,01	4	2	0,08	6,4	4,4	3,6	0,88	
Хлеб из безбелковой смеси	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
		14,79	19,39	60,60	477,83	0,40	36,65	270,2	5,27	65,35	232,17	70,60	4,46	82,06

Начальник ОДП

Исламова Н.А.