

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся ( строгое )

14 октября 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	
Мясо птицы отварное (филе индейки)	35	9,34	10,54		132,2	0,02		4,79	0,14	7,81	95,8	9,22	0,69	
Каша пшеничная 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 с лимоном	200	0,06	0,01	0,21	2,36		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
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		14,3	18,7	52,3	439	0,22	15	12	3,3	45	198	52	4,4	74,70

Обед 7-11 лет

Рассольник с перловой крупой (без сметаны)	250	1,65	5,23	12,04	102,06					2,41	17,71		17,46	
Мясо птицы отварное (филе индейки)	35	9,34	10,54		132,2	0,02		4,79	0,14	7,81	95,8	9,22	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом безглютен	150/5	3,41	5,94	41,32	233,43					2,2	4,42	0,1	0,26	0,03
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
		14,93	23,12	68,77	542,41	0,03	0,00	4,8	5,32	31,87	95,93	27,15	0,74	82,06

Начальник ОДП

*Исламова И.А.*

Исламова И.А.