

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся ( строгое )

25 октября 2022 г.

Завтрак 7-11 лет

Прием 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	
Морковь отварная с растительным маслом	40	0,56	2,44	2,99	36,77	0,03	2,17	868	1,23	11,94	23,92	16,51	0,31	
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 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 (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	
		13,4	19,6	55,1	454	0,25	14	879	4,5	53	207	67	4,6	74,70

Обед 7-11 лет

Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,89	2,08	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе индейки)*	180	8,63	12,74	17,12	217,96	0,14	21	6,33	2,42	19,86	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	222,17	70,60	4,46	82,06

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

