



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак (строгое 7-11)													
Мясо птицы отварное (филе индейки)	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,80	109,80	10,56	0,79
Картофельное пюре с растительным маслом 130 ед.	130	2,22	5,04	18,13	126,98	0,13	22,24			20,32		26,13	1,07
Чай (б/сах)	200								0,57	1,93	0,03	0,21	0,02
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72								
Итого		13,01	18,53	33,55	353,22	0,16	22,24	5,49	0,73	31,05	109,83	36,90	1,88
Обед (строгое 7-11 лет)													
Борщ с капустой и картофелем (без сметаны)	250	1,77	4,17	9,80	84,42	0,05	19,85	211,00	1,93	36,48	48,42	23,52	1,11
Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	40/40	0,04	1,30	0,23	12,86	0,03		53,33		9,50	108,41	11,28	0,79
Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	130/4	4,10	5,07	18,56	136,06	0,14		0,65		9,08	96,93	65,15	2,20
Чай (б/сах)	200												
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64
Итого		6,39	11,02	47,43	314,94	0,26	19,85	270,98	1,93	74,26	266,96	110,75	6,74

Начальник ОДП Исламова Н.А.

