



ОБЪАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

(Handwritten signature)

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Макаронные изделия с тертым сыром	180	9,38	9,72	39,58	284,16	0,10		64,56		134,40	123,12	15,87	1,01	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах. диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		12,40	17,76	72,56	500,24	0,26	2,80	115,70	0,62	167,50	179,86	39,91	4,61	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Щи из свежей капусты (без картофеля) сах. диабет 250/10 ед.	250/10	1,88	5,62	6,20	84,16	0,04	30,04	412,50	1,97	52,88	47,38	21,12	0,71	
Филе грудки отварное	20	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,56	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		24,11	21,65	75,54	587,48	0,31	31,04	743,86	2,60	113,21	361,86	101,72	3,29	143,54

Начальник ОДДП *(Handwritten signature)* Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Макаронные изделия с тертым сыром	180	9,38	9,72	39,58	284,16	0,10		64,56		134,40	123,12	15,67	1,01	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		13,20	17,86	77,16	522,24	0,30	2,80	115,70	0,79	170,40	192,66	44,11	4,91	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Щи из свежей капусты (без картофеля) сах диабет	250/5	1,75	4,87	6,02	76,06	0,04	30,02	407,15	1,96	48,48	44,33	20,67	0,70	
Филе грудки отварное	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	150,36	38,13	0,64	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
Чай с лимоном (сах диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Итого		25,46	21,72	67,67	568,30	0,36	33,82	780,86	2,77	119,04	390,44	110,65	3,69	167,22

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

