



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП 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 (строгое 7-11)														
Мясо птицы отварное (филе индейки)	35	9,34	10,54		132,20	0,02		4,79	0,14	7,81	95,80	9,22	0,69	
Макаронные изделия (безбелковые) отварные с растительным маслом	130/4	0,46	4,27	38,68	198,85				1,76	4,05	0,08	0,24	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	
Итого		9,88	16,22	54,10	405,77	0,02		4,79	2,47	13,79	95,91	9,67	0,74	59,76
Обед (строгое 7-11 лет)														
Щи из свежей капусты (без сметаны) 200 ед.	200	1,42	3,36	7,00	64,53	0,05	24,00	161,92	1,52	29,18	35,42	16,26	0,60	
Плов из мяса птицы (филе индейки)	190	16,57	26,13	39,07	457,93	0,09	2,88	242,26	5,50	22,36	218,78	44,61	1,66	
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 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	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		18,61	31,39	80,54	681,16	0,18	29,68	410,32	7,60	75,47	268,97	72,72	4,96	67,12

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

