



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



Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 ноября 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)													
Плов из филе индейки	50/100	15,80	22,04	27,49	371,69	0,07	2,10			21,36		35,66	1,49
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	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64
Итого		16,36	23,93	61,75	528,01	0,11	2,10	6,00	0,57	42,49	13,23	46,67	4,15
Обед (строгое 7-11 лет)													
Рассольник ленинградский (без сметаны)	250	2,29	4,39	16,93	116,96	0,11	16,75	203,00	1,96	20,78	71,73	26,07	0,99
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
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безлукотен)	150/5	3,41	5,94	41,32	233,43				2,20	4,42	0,10	0,26	0,03
Чай (б/сах)	200												
Хлеб из безбелковой смеси	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03
Итого		5,83	13,57	78,55	461,41	0,14	16,75	256,33	4,95	37,02	180,28	37,84	1,84

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

