


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

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 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+обед (Сахарный Диабет) 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба отварная под маринадом (филе минтая) | 35/35 | 7,31 | 3,31 | 2,86 | 71,00 | 0,06 | | 846,27 | | 25,41 | 116,78 | 31,79 | 0,57 | |
| Каша рисовая вязкая с маслом | 130/4 | 2,08 | 3,19 | 21,44 | 122,68 | 0,02 | | 18,00 | 0,16 | 5,85 | 44,55 | 14,60 | 0,32 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35,00 | | | 0,07 | 23,80 | 0,04 | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) 60 ед. | 60 | 1,38 | 3,08 | 4,01 | 50,15 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 37,99 | 27,68 | 15,54 | 0,51 | |
| Суп с гречневой крупой (без картофеля) сах.диабет | 250 | 2,21 | 6,43 | 11,00 | 111,34 | 0,08 | 5,25 | 700,20 | 2,93 | 29,66 | 69,47 | 38,64 | 1,25 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 50/50 | 13,32 | 16,41 | 3,57 | 214,87 | 0,09 | | 527,20 | | 24,11 | 134,10 | 26,53 | 1,23 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 150/5 | 3,14 | 3,99 | 22,34 | 137,95 | 0,04 | | 22,50 | | 16,80 | 109,06 | 13,50 | 0,63 | |
| Компот из свежих плодов (б/сах) | 200 | 0,16 | 0,16 | 3,92 | 18,80 | 0,01 | 4,00 | 2,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,88 | |
| 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 | | 37,11 | 47,08 | 96,87 | 959,89 | 0,57 | 40,43 | 027,0 | 5,77 | 266,02 | 647,04 | 174,90 | 7,28 | 143,54 |

Начальник ОДЦП  Иодамова Н.А.



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДПГО г.Уфа


В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, (гр.) | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическа я ценност ь (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--|---------------|-------|----------------|------|------------------------------|--------|--------|-------|--------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А (мкг) | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак+обед (Сахарный Диабет) <i>12-18 лет</i> | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба отварная под маринадом (филе минтая) | 40/40 | 8,34 | 3,78 | 3,22 | 80,85 | 0,07 | | 394,88 | | 29,09 | 133,26 | 36,20 | 0,65 | |
| Каша рисовая вязкая с маслом | 150/5 | 2,47 | 3,99 | 24,97 | 145,60 | 0,03 | | 22,50 | | 6,81 | 51,45 | 16,83 | 0,37 | |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35,00 | | 0,07 | 23,80 | 0,04 | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | 56,40 | 0,04 | | 6,00 | | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) сах.диабет 100 ед. | 100 | 2,26 | 5,13 | 6,53 | 82,75 | 0,04 | 51,53 | | | 62,54 | | 25,06 | 0,83 | |
| Суп с гречневой крупой (без картофеля) сах.диабет | 250 | 2,21 | 6,43 | 11,00 | 111,34 | 0,08 | 5,25 | 700,20 | 2,93 | 29,66 | 69,47 | 38,64 | 1,25 | |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки) | 45/45 | 11,92 | 15,55 | 2,76 | 198,18 | 0,07 | | 91,98 | | 14,52 | 104,81 | 15,57 | 0,98 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 150/5 | 3,14 | 3,99 | 22,34 | 137,95 | 0,04 | | 22,50 | | 16,80 | 109,06 | 13,50 | 0,63 | |
| Компот из свежих плодов (б/сах) | 200 | 0,16 | 0,16 | 3,92 | 18,80 | 0,01 | 4,00 | 2,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,88 | |
| 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 | | 40,09 | 50,22 | 130,51 | 1108,97 | 0,70 | 60,85 | 308,8 | 4,51 | 310,62 | 652,65 | 199,30 | 10,72 | 167,22 |

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