



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 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
<b>Завтрак (строгое 7-11)</b>													
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 отварные с растительным маслом (безглютен)	130/4	2,96	4,82	35,81	199,31				1,76	4,05	0,08	0,24	0,03
Чай (б/сах)	200												
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86
<b>Итого</b>		<b>12,82</b>	<b>15,88</b>	<b>56,22</b>	<b>392,61</b>	<b>0,06</b>		<b>11,29</b>	<b>1,90</b>	<b>32,66</b>	<b>110,18</b>	<b>21,16</b>	<b>3,58</b>
<b>Обед (строгое 7-11 лет)</b>													
Щи из свежей капусты (без сметаны)	250	1,77	4,20	8,75	80,66	0,06	30,00	202,40	1,90	36,48	44,28	20,32	0,75
Плов из мяса птицы (филе индейки)*	170	14,58	23,18	34,86	406,40	0,08		209,67		19,41	191,87	38,53	1,42
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80								
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86
<b>Итого</b>		<b>17,39</b>	<b>29,40</b>	<b>92,40</b>	<b>671,68</b>	<b>0,18</b>	<b>30,00</b>	<b>418,57</b>	<b>2,47</b>	<b>78,62</b>	<b>250,48</b>	<b>70,76</b>	<b>5,05</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

