



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦПГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

19 декабря 2022 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции н, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос- ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (строгое 7-11)</b>														
Масло сливочное (фила индейки)	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,80	<i>влиял</i>	10,56	0,79	
Каша гречневая выпечка без молока с растительным маслом (бисквит)	150/5	4,73	6,23	21,41	160,45	0,16		0,75	2,50	10,44	<i>влиял</i>	75,18	2,54	
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	
<b>Итого</b>		<b>15,52</b>	<b>19,72</b>	<b>36,83</b>	<b>386,69</b>	<b>0,19</b>		<b>6,24</b>	<b>3,23</b>	<b>21,17</b>	<i>влиял</i>	<b>85,95</b>	<b>3,35</b>	<b>106,00</b>
<b>Обед (строгое 7-11 лет)</b>														
Суп с макаронными изделиями (без молока)	200	1,94	2,41	17,28	98,98	0,08	13,20	161,80	0,99	13,58	43,88	18,14	0,68	
Масло сливочное (фила индейки) тушеное с овощами (без муки и пшени-фасты)	35/35	9,28	13,77	1,06	165,40	0,03	1,05	144,66	1,72	14,80	<i>влиял</i>	12,80	0,80	
Рис припущенный (растительное масло)	130	3,23	5,05	33,67	192,87	0,04				9,16	68,34	23,08	0,50	
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	
<b>Итого</b>		<b>14,53</b>	<b>22,64</b>	<b>67,43</b>	<b>531,97</b>	<b>0,15</b>	<b>14,25</b>	<b>306,46</b>	<b>3,28</b>	<b>39,47</b>	<i>влиял</i>	<b>54,23</b>	<b>2,00</b>	<b>113,36</b>

Исполнитель: Исполнитель: В.К.