

СОГЛАСОВАНО



 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

21 декабря 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Рыба запеченная с овощами	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	#####	38,13	0,64	
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)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	#####	90,00	8,25	0,11	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Мандарины	180					0,11				63,00		19,80	0,18	
<b>Итого</b>		<b>18,39</b>	<b>20,71</b>	<b>41,02</b>	<b>423,52</b>	<b>0,35</b>	<b>0,11</b>	<b>433,30</b>	<b>0,92</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>95,48</b>	<b>2,32</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах)	60	1,38	3,08	4,01	50,15	0,03		242,03		37,99	27,68	15,54	0,51	
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Филе грудки отварное (на суп)	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	#####	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	#####	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	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Яблоко	250	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
<b>Итого</b>		<b>30,67</b>	<b>34,11</b>	<b>77,80</b>	<b>1177,80</b>	<b>0,50</b>	<b>30,00</b>	<b>1079,22</b>	<b>0,80</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>120,20</b>	<b>#####</b>	<b>283,56</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

21 декабря 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	50/50	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	#####	41,92	0,70	
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	#####	90,00	8,25	0,11	
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 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	
Мандарины	180						0,11			63,00		19,80	0,18	
<b>Итого</b>		<b>20,20</b>	<b>21,71</b>	<b>47,32</b>	<b>466,03</b>	<b>0,39</b>	<b>2,91</b>	<b>469,04</b>	<b>0,85</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>104,44</b>	<b>2,62</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах)	100	2,26	5,13	6,53	82,75	0,04	51,53			62,54		25,06	0,83	
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,30	4,50	13,04	102,39	0,09		215,98		20,47	53,88	20,49	0,68	
Филе грудки отварное (на суп)	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	#####	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	#####	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	
Яблоко	250	1,00	1,00		117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
<b>Итого</b>		<b>32,48</b>	<b>37,77</b>	<b>37,77</b>	<b>346,40</b>	<b>0,55</b>	<b>81,53</b>	<b>882,80</b>	<b>0,88</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>136,11</b>	<b>#####</b>	<b>293,46</b>

Начальник ОДП *Исмаилов Н.А.* Исмаилов Н.А.