



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦП ГО г. Уфа

В. К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 декабря 2022 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (МЕГ)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак (строгое 7-11)														
Помидоры свежие (без томат-пасты)	60/120	18,84	26,44	32,53	443,47	0,08	1,44			25,15		41,59	1,74	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб из безбелковой смеси	50	0,11	2,39	25,29	123,22				0,98	2,98	0,04	0,27	0,04	
Яблоко	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Итого		19,95	29,83	82,32	684,19	0,16	26,44		0,98	68,13	0,04	64,36	7,28	128,21
Обед (строгое 7-11 лет)														
Рис отварной с перловой крупой (без сметаны)	250	1,76	5,38	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Молоко стерилизованное с ванилином	35/35	0,04	1,10	0,20	10,91	0,02		46,66		8,58	94,78	9,88	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безжиротем)	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	50	0,11	2,39	25,29	123,22				0,98	2,98	0,04	0,27	0,04	
Яблоко	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Итого		6,32	15,71	103,77	589,66	0,15	25,00	298,20	3,18	73,69	154,47	50,37	6,90	141,55

начальник ЦДЦП *Иванов Н.А.*