



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

29 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 (строгое 7-11)</b>														
Мясо птицы отварное (филе индейки)	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,80	109,80	10,56	0,79	
Картофельное пюре с растительным маслом	150	2,57	5,81	20,91	146,44	0,15	25,66	3,85	2,46	23,87	74,52	30,17	1,24	
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	
Яблоко	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Мандарины	1 шт	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20			31,50		9,90	0,09	
<b>Итого</b>		<b>15,08</b>	<b>20,48</b>	<b>67,58</b>	<b>524,38</b>	<b>0,31</b>	<b>84,86</b>	<b>9,34</b>	<b>3,19</b>	<b>106,10</b>	<b>184,35</b>	<b>73,34</b>	<b>7,64</b>	<b>128,21</b>
<b>Обед (строгое 7-11 лет)</b>														
Борщ с капустой и картофелем (без сметаны)	250	1,77	4,17	9,80	84,42	0,05	19,85	211,00	1,93	36,48	48,42	23,52	1,11	
Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	45/45	0,05	1,40	0,26	13,90	0,03		60,00		10,78	122,04	12,71	0,89	
Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	130/4	4,10	5,07	18,56	136,06	0,14		0,65		9,08	96,93	65,15	2,20	
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	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Мандарины	1 шт	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20			31,50		9,90	0,09	
<b>Итого</b>		<b>8,16</b>	<b>13,32</b>	<b>88,25</b>	<b>509,60</b>	<b>0,35</b>	<b>79,05</b>	<b>271,65</b>	<b>2,50</b>	<b>129,77</b>	<b>267,42</b>	<b>133,99</b>	<b>9,81</b>	<b>141,55</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

