

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 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)	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,80	109,80	10,56	0,79
Каша пшениная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	150/5	4,31	6,23	24,94	173,20	0,16		1,13	2,31	13,07	87,48	31,30	1,04
Чай (б/сах)	200												
Хлеб из безбелковой смеси	25	0,05	1,19	12,73	61,85				0,48	1,53	0,02	0,14	0,02
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64
<b>Итого</b>		<b>15,55</b>	<b>19,98</b>	<b>56,51</b>	<b>468,17</b>	<b>0,23</b>		<b>12,62</b>	<b>2,95</b>	<b>42,60</b>	<b>210,50</b>	<b>52,80</b>	<b>4,49</b>
<b>Обед (строгое 7-11 лет)</b>													
Рассольник с перловой крупой (без сметаны) 200 ед.	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51
Мясо птицы отварное (филе индейки) 45 ед.	45	12,01	13,55		170,02	0,03		6,16	0,18	10,04	123,20	11,86	0,88
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
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 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>16,62</b>	<b>24,16</b>	<b>65,12</b>	<b>546,53</b>	<b>0,08</b>	<b>4,00</b>	<b>209,39</b>	<b>2,59</b>	<b>36,58</b>	<b>175,35</b>	<b>29,88</b>	<b>2,32</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

