



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цен
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (строгое 7-11)														
Мясо птицы отварное (филе индейки)	50	13,34	15,05		188,78	0,03		6,84	0,21	11,15	136,80	13,17	0,98	
Хлеб пшеница 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 овсяки	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		17,73	22,69	40,36	436,70	0,19		7,97	3,09	26,15	224,31	44,68	2,04	6
Обед (строгое 7-11 лет)														
Суп с мякочными изделиями (безшпикот)	250	2,42	3,01	21,61	123,73	0,10	16,50			16,98		22,67	0,85	
Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	40/40	0,04	1,30	0,23	12,86	0,03		53,33		9,50	108,41	11,28	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 овсяки	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		5,11	11,53	58,17	357,75	0,28	42,16	57,18	3,03	52,28	182,96	64,33	2,90	

начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.