

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 сентября 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|---------------|------|--------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                       |              | Б                    | Ж     | У     |                                | В1            | С    | А      | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 70/40        | 9,8                  | 10,06 | 6,27  | 154,88                         | 0,05          | 2,2  | 14,85  | 0,36 | 16,87                     | 108,34 | 14,66  | 1,57 |        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом   | 150/5        | 9,04                 | 5,98  | 40,83 | 252,96                         | 0,31          |      | 23,93  | 0,62 | 18,42                     | 214,27 | 142,98 | 4,82 |        |
| Масло сливочное 10                    | 10           | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 65,1                           |               |      | 45     | 0,1  | 2,4                       | 3      |        | 0,02 |        |
| Сыр (порциями)                        | 10           | 2,63                 | 2,65  |       | 35                             |               | 0,07 | 23,8   | 0,04 | 100                       | 80     | 5,5    | 0,07 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                            | 0,03          |      |        |      | 5,7                       |        | 3,9    | 0,36 |        |
| Чай с лимоном и сахаром               | 200          | 0,06                 | 0,01  | 10,19 | 42,28                          |               | 2,8  | 0,14   | 0,01 | 3,1                       | 1,54   | 0,84   | 0,07 |        |
| Кисломолочный продукт                 | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                             | 0,03          | 0,6  |        |      | 119                       |        | 14     | 0,1  |        |
| Итого                                 |              | 28,81                | 29,66 | 89,42 | 743,22                         | 0,42          | 5,67 | 107,72 | 1,13 | 254,49                    | 387,2  | 182,08 | 7,01 | 105,24 |

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |      |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |       | Цена   |
|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|------|------|---------------------------|--------|--------|-------|--------|
|                                       |              | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А    | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe    |        |
| Салат из свежлы с растительным маслом | 60           | 1,12                 | 5,07  | 6,58   | 76,37                          | 0,01          | 7,48  | 1,50 | 2,27 | 28,89                     | 32,26  | 16,6   | 1,06  |        |
| Суп-лапша домашняя с мясом птицы      | 250/25       | 10,75                | 12,56 | 14,92  | 216,67                         | 0,07          | 1,9   |      |      | 23,28                     |        | 18,70  | 1,72  |        |
| Жаркое домашнему                      | 160          | 10,08                | 12,34 | 18,83  | 226,94                         | 0,16          | 23,64 | 10,7 | 2,7  | 21,2                      | 147,64 | 36,64  | 2,24  |        |
| Компот из свежих плодов               | 200          | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                          | 0,01          | 4     | 2    | 0,08 | 6,85                      | 4,4    | 3,6    | 0,93  |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 40           | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                            | 0,14          |       |      | 0,6  | 8                         | 26     | 5,6    | 1     |        |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                             | 0,12          |       |      | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6   | 0,9   |        |
| Печенье                               | 3 шт         | 1,87                 | 2,49  | 15,33  | 91,08                          | 0,02          |       |      |      | 9                         |        | 3,3    | 0,22  |        |
| Яблоко                                | 125          | 0,5                  | 0,5   | 12,25  | 58,75                          | 0,04          | 12,5  | 6,25 | 0,25 | 20                        | 13,75  | 11,25  | 2,75  |        |
| Итого                                 |              | 30,98                | 33,82 | 122,60 | 917,46                         | 0,57          | 49,47 | 20   | 6,36 | 126,92                    | 263,95 | 108,28 | 10,82 | 112,04 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся  
 21 сентября 2021 г.

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |       |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |               | Цена |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|-------|------|---------------------------|--------|--------|---------------|------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А     | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe            |      |
| <b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b> |              |                      |       |        |                                |               |       |       |      |                           |        |        |               |      |
| Тефтели из говядины с томатным соусом   | 70/40        | 9,8                  | 10,06 | 6,27   | 154,88                         | 0,06          | 2,2   | 14,85 | 0,36 | 15,87                     | 108,34 | 14,86  | 1,57          |      |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом     | 150/5        | 9,04                 | 5,98  | 40,83  | 252,96                         | 0,31          |       | 23,93 | 0,62 | 16,42                     | 214,27 | 142,98 | 4,82          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами   | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                            | 0,53          |       |       |      | 5,7                       |        | 3,9    | 0,36          |      |
| Чай с лимоном и сахаром                 | 200          | 0,06                 | 0,01  | 10,19  | 42,28                          |               | 2,8   | 0,14  | 0,01 | 3,1                       | 1,54   | 0,94   | 0,07          |      |
| Кисломолочный продукт                   | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5    | 62                             | 0,03          | 0,6   |       |      | 119                       |        | 14     | 0,1           |      |
|   |              | 26,10                | 19,76 | 89,29  | 642,12                         | 0,42          | 5,60  | 38,92 | 0,99 | 162,09                    | 324,2  | 178,58 | 6,92          |      |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>    |              |                      |       |        |                                |               |       |       |      |                           |        |        |               |      |
| Салат из свеклы с растительным маслом   | 60           | 1,12                 | 5,07  | 6,58   | 76,37                          | 0,01          | 7,48  | 1,50  | 2,27 | 29,88                     | 32,26  | 18,6   | 1,06          |      |
| Суп-лапша домашняя с мясом              | 250/25       | 10,75                | 12,56 | 14,92  | 215,67                         | 0,07          | 1,9   |       |      | 23,28                     |        | 18,70  | 1,72          |      |
| Жаркое по-домашнему                     | 150          | 10,08                | 12,34 | 18,83  | 226,94                         | 0,16          | 23,64 | 10,7  | 2,7  | 21,2                      | 147,64 | 36,64  | 2,24          |      |
| Компот из свежих плодов                 | 200          | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,95                          | 0,01          | 4     | 2     | 0,08 | 6,85                      | 4,4    | 3,6    | 0,53          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами   | 40           | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                            | 0,14          |       |       | 0,6  | 8                         | 26     | 5,6    | 1             |      |
| Хлеб ржано-пшеничный                    | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 65                             | 0,12          |       |       | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6   | 0,9           |      |
| Печенье                                 | 3 шт         | 1,87                 | 2,49  | 15,33  | 91,08                          | 0,02          |       |       |      | 9                         |        | 3,3    | 0,22          |      |
|   |              | 29,58                | 33,32 | 110,35 | 858,71                         | 0,53          | 36,97 | 14    | 6,11 | 106,92                    | 249,30 | 97,03  | 8,07          |      |
| <b>Итого за рацион</b>                  |              |                      |       |        |                                |               |       |       |      |                           |        |        | <b>186,93</b> |      |

Начальник ОДП *Уф* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 сентября 2021 г

| Прием пищи,<br>наименование блюда              | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |              |              |             | Минеральные вещества (мг) |               |              |             | Цена         |
|--|-----------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|--------------|--------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
|  |                 | Б                    | Ж            | У            |                                      | В1            | С            | А            | Е           | Са                        | Р             | Mg           | Fe          |              |
| <b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>    |                 |                      |              |              |                                      |               |              |              |             |                           |               |              |             |              |
| Салат из свеклы<br>с растительным<br>маслом    | 60              | 1,12                 | 5,07         | 6,58         | 76,37                                | 0,01          | 7,48         | 1,50         | 2,27        | 29,88                     | 32,26         | 16,6         | 1,06        |              |
| Суп-лапша<br>домашняя с<br>мясом птицы         | 250             | 10,75                | 12,56        | 14,92        | 215,67                               | 0,07          | 1,9          |              |             | 23,28                     |               | 18,70        | 1,72        |              |
| Жаркое по-<br>домашнему                        | 160             | 10,08                | 12,34        | 18,83        | 226,94                               | 0,16          | 23,64        | 10,7         | 2,7         | 21,2                      | 147,64        | 36,64        | 2,24        |              |
| Компот из<br>свежих плодов                     | 200             | 0,16                 | 0,16         | 18,89        | 78,65                                | 0,01          | 4            | 2            | 0,08        | 6,85                      | 4,4           | 3,6          | 0,93        |              |
| Хлеб<br>пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами | 40              | 3,2                  | 0,4          | 22           | 104                                  | 0,14          |              |              | 0,6         | 8                         | 26            | 5,6          | 1           |              |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                       | 30              | 2,4                  | 0,3          | 13,8         | 66                                   | 0,12          |              |              | 0,51        | 8,7                       | 39            | 12,6         | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>                                   |                 | <b>27,71</b>         | <b>30,83</b> | <b>95,02</b> | <b>767,63</b>                        | <b>0,51</b>   | <b>36,97</b> | <b>14</b>    | <b>6,11</b> | <b>97,90</b>              | <b>249,30</b> | <b>93,73</b> | <b>7,85</b> | <b>65,00</b> |
| <b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b> |                 |                      |              |              |                                      |               |              |              |             |                           |               |              |             |              |
| Учпочмак                                       | 100             | 9,36                 | 11,49        | 29,3         | 257,9                                | 0,11          | 5,94         | 16,05        | 3,54        | 21,64                     | 105,02        | 18,62        | 1,53        |              |
| Компот из<br>кураги                            | 200             | 1,3                  | 0,08         | 32,71        | 137,8                                | 0,03          | 1            | 145,75       | 1,38        | 40,6                      | 36,5          | 26,25        | 0,86        |              |
| <b>Итого</b>                                   |                 | <b>10,66</b>         | <b>11,57</b> | <b>62,01</b> | <b>395,70</b>                        | <b>0,14</b>   | <b>6,94</b>  | <b>161,8</b> | <b>4,92</b> | <b>62,24</b>              | <b>141,5</b>  | <b>44,87</b> | <b>2,39</b> | <b>45,00</b> |

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 сентября 2021 г

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |        |        |               | Цена |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|---------------|------|
|  |              | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А     | Е     | Са                        | Р      | Mg     | Fe            |      |
| <b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b> |              |                      |       |        |                                |               |       |       |       |                           |        |        |               |      |
| Тефтели из говядины с томатным соусом    | 70/40        | 9,8                  | 10,06 | 6,27   | 154,83                         | 0,05          | 2,2   | 14,85 | 0,36  | 15,87                     | 108,34 | 14,86  | 1,57          |      |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом      | 150/5        | 9,04                 | 5,98  | 40,83  | 252,96                         | 0,31          |       | 23,93 | 0,62  | 18,42                     | 214,27 | 142,98 | 4,82          |      |
| Чай с сахаром                            | 200          |                      |       | 9,98   | 39,9                           |               |       |       |       | 0,3                       |        |        | 0,03          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами    | 30           | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                             | 0,1           |       |       | 0,45  | 6                         | 19,5   | 4,2    | 0,75          |      |
| Кисломолочный продукт                    | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5    | 62                             | 0,03          | 0,6   |       |       | 119                       |        | 14     | 0,1           |      |
| Сыр (порциями)                           | 15           | 2,63                 | 2,66  |        | 36                             |               | 0,07  | 23,8  | 0,04  | 100                       | 60     | 5,6    | 0,07          |      |
|  |              | 27,07                | 22,20 | 78,08  | 622,74                         | 0,49          | 2,87  | 62,58 | 1,47  | 259,59                    | 402,11 | 181,54 | 7,34          |      |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>    |              |                      |       |        |                                |               |       |       |       |                           |        |        |               |      |
| Салат из свеклы с растительным маслом    | 100          | 1,87                 | 8,42  | 10,97  | 126,99                         | 0,02          | 12,47 | 2,49  | 3,78  | 49,82                     | 53,79  | 27,65  | 1,77          |      |
| Суп-лапша                                | 250          | 2,77                 | 5,29  | 15,61  | 121,35                         | 0,05          | 1,5   | 200   | 2,26  | 7,84                      | 11,4   | 5,31   | 0,48          |      |
| Жаркое домашнему                         | 220          | 14,06                | 17,06 | 25,78  | 313,29                         | 0,22          | 32,39 | 15    | 4     | 29,18                     | 204,80 | 50,51  | 3,11          |      |
| Компот из свежих плодов                  | 200          | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                          | 0,01          | 4     | 2     | 0,08  | 6,85                      | 4,4    | 3,6    | 0,93          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами    | 30           | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                             | 0,1           |       |       | 0,45  | 6                         | 19,5   | 4,2    | 0,75          |      |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                             | 0,12          |       |       | 0,51  | 8,7                       | 39     | 12,6   | 0,9           |      |
| Яблоко                                   | 125          | 0,5                  | 0,5   | 12,25  | 58,75                          | 0,04          | 12,5  | 6,25  | 0,25  | 20                        | 13,75  | 11,25  | 2,75          |      |
|  |              | 24,16                | 32,03 | 113,80 | 843,03                         | 0,56          | 62,86 | 226   | 10,94 | 128,19                    | 346,64 | 115,12 | 10,69         |      |
| <b>Итого за рацион</b>                   |              |                      |       |        |                                |               |       |       |       |                           |        |        | <b>162,26</b> |      |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

## Школьное меню для организации питания обучающихся

21 сентября 2021 г

## Завтрак ММС с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |             |             | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |             |             |             | Минеральные вещества (мг) |              |            |             | Цена         |
|---------------------------------------|-----------------|----------------------|-------------|-------------|--------------------------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|--------------|------------|-------------|--------------|
|                                       |                 | Б                    | Ж           | У           |                                      | В1            | С           | А           | Е           | Са                        | Р            | Mg         | Fe          |              |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 70/40           | 9,8                  | 10,06       | 6,27        | 154,88                               | 0,05          | 2,2         | 14,85       | 0,36        | 15,87                     | 108,34       | 14,86      | 1,57        |              |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом   | 150/5           | 9,04                 | 5,98        | 40,83       | 252,96                               | 0,31          |             | 23,93       | 0,62        | 18,42                     | 214,27       | 142,98     | 4,82        |              |
| Чай с сахаром                         | 200             |                      |             | 9,98        | 39,9                                 |               |             |             |             | 0,3                       |              |            | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный                        | 30              | 2,4                  | 0,3         | 16,5        | 78                                   | 0,1           |             |             | 0,45        | 6                         | 19,5         | 4,2        | 0,75        |              |
| Кисломолочный продукт                 | 100             | 3,2                  | 3,2         | 4,5         | 62                                   | 0,03          | 0,6         |             |             | 119                       |              | 14         | 0,1         |              |
| Сыр (порциями)                        | 15              | 2,63                 | 2,66        |             | 35                                   |               | 0,07        | 23,8        | 0,04        | 100                       | 60           | 5,5        | 0,07        |              |
| <b>Итого</b>                          |                 | <b>27</b>            | <b>22,2</b> | <b>78,1</b> | <b>623</b>                           | <b>0,49</b>   | <b>2,87</b> | <b>62,6</b> | <b>1,47</b> | <b>260</b>                | <b>402,1</b> | <b>182</b> | <b>7,34</b> | <b>69,32</b> |

## Обед ММС с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |              |            |              | Минеральные вещества (мг) |               |               |             | Цена         |
|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|--------------|------------|--------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
|                                       |                 | Б                    | Ж            | У             |                                      | В1            | С            | А          | Е            | Са                        | Р             | Mg            | Fe          |              |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 100             | 1,87                 | 8,42         | 10,97         | 126,99                               | 0,02          | 12,47        | 2,49       | 3,78         | 49,82                     | 53,79         | 27,65         | 1,77        |              |
| Суп-лапша                             | 250             | 2,77                 | 5,29         | 15,61         | 121,35                               | 0,05          | 1,5          | 200        | 2,26         | 7,64                      | 11,4          | 5,31          | 0,48        |              |
| Жаркое домашнему                      | 220             | 14,06                | 17,06        | 25,78         | 313,29                               | 0,22          | 32,39        | 15         | 4            | 29,18                     | 204,80        | 50,51         | 3,11        |              |
| Компот из свежих плодов               | 200             | 0,16                 | 0,16         | 18,89         | 78,65                                | 0,01          | 4            | 2          | 0,08         | 6,85                      | 4,4           | 3,6           | 0,93        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 30              | 2,4                  | 0,3          | 16,5          | 78                                   | 0,1           |              |            | 0,45         | 6                         | 19,5          | 4,2           | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 30              | 2,4                  | 0,3          | 13,8          | 66                                   | 0,12          |              |            | 0,51         | 8,7                       | 39            | 12,6          | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>                          |                 | <b>23,66</b>         | <b>31,53</b> | <b>101,55</b> | <b>784,28</b>                        | <b>0,52</b>   | <b>50,36</b> | <b>219</b> | <b>10,69</b> | <b>108,19</b>             | <b>332,89</b> | <b>103,87</b> | <b>7,94</b> | <b>79,20</b> |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

## Школьное меню для организации питания обучающихся

21 сентября 2021

## Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

| Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность | Витамины (мг) |             |              |             | Минеральные вещества (мг) |              |               |             | Цена         |
|---|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------------------------|---------------|-------------|--------------|-------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
|   |                 | Б                       | Ж            | У            |                                 | В1            | С           | А            | Е           | Са                        | Р            | Mg            | Fe          |              |
| Тефтели из<br>говядины с<br>томатным соусом | 70/40           | 9,8                     | 10,06        | 6,27         | 154,88                          | 0,05          | 2,2         | 14,85        | 0,36        | 15,87                     | 108,34       | 14,86         | 1,57        |              |
| Каша гречневая<br>рассыпчатая с<br>маслом   | 150/5           | 9,04                    | 5,98         | 40,83        | 252,96                          | 0,31          |             | 23,93        | 0,62        | 18,42                     | 214,27       | 142,98        | 4,82        |              |
| Чай с сахаром                               | 200             |                         |              | 9,98         | 39,9                            |               |             |              |             | 0,3                       |              |               | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами | 30              | 2,4                     | 0,3          | 16,5         | 78                              | 0,1           |             |              | 0,45        | 6                         | 19,5         | 4,2           | 0,75        |              |
| Кисломолочный<br>продукт                    | 100             | 3,2                     | 3,2          | 4,5          | 62                              | 0,03          | 0,6         |              |             | 119                       |              | 14            | 0,1         |              |
| <b>Итого</b>                                |                 | <b>24,44</b>            | <b>19,54</b> | <b>78,08</b> | <b>587,74</b>                   | <b>0,49</b>   | <b>2,80</b> | <b>38,78</b> | <b>1,43</b> | <b>159,59</b>             | <b>342,1</b> | <b>176,04</b> | <b>7,27</b> | <b>65,00</b> |

## Обед с 12-18 лет (родительская плата)

| Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность | Витамины (мг) |              |            |              | Минеральные вещества (мг) |               |              |             | Цена         |
|---|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------------------------|---------------|--------------|------------|--------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
|   |                 | Б                       | Ж            | У            |                                 | В1            | С            | А          | Е            | Са                        | Р             | Mg           | Fe          |              |
| Салат из свеклы с<br>растительным<br>маслом | 100             | 1,87                    | 8,42         | 10,97        | 126,99                          | 0,02          | 12,47        | 2,49       | 3,78         | 49,82                     | 53,79         | 27,65        | 1,77        |              |
| Суп-лапша                                   | 250             | 2,77                    | 5,29         | 15,61        | 121,35                          | 0,05          | 1,5          | 200        | 2,26         | 7,64                      | 11,4          | 5,31         | 0,48        |              |
| Жаркое по-<br>домашнему                     | 180             | 11,56                   | 14,11        | 21,08        | 257,88                          | 0,18          | 26,46        | 12         | 3            | 23,88                     | 168,07        | 41,35        | 2,55        |              |
| Компот из свежих<br>плодов                  | 200             | 0,16                    | 0,16         | 18,89        | 78,65                           | 0,01          | 4            | 2          | 0,08         | 6,85                      | 4,4           | 3,6          | 0,93        |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами | 30              | 2,4                     | 0,3          | 16,5         | 78                              | 0,1           |              |            | 0,45         | 6                         | 19,5          | 4,2          | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                    | 30              | 2,4                     | 0,3          | 13,8         | 66                              | 0,12          |              |            | 0,51         | 8,7                       | 39            | 12,6         | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>                                |                 | <b>21,16</b>            | <b>28,58</b> | <b>96,85</b> | <b>728,87</b>                   | <b>0,48</b>   | <b>44,43</b> | <b>216</b> | <b>10,08</b> | <b>102,89</b>             | <b>296,16</b> | <b>94,71</b> | <b>7,38</b> | <b>70,00</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.