

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
22 сентября 2021 г.

Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 7-11 лет</b>														
Салат из моркови с растительным маслом ( б/сах)	50	0,56	2,54	2,97	37,53	0,03	2,2	860	1,27	11,61	23,70	16,34	0,30	
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,1	232,5	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,6	23,98	2,3	
Чай ( б/ сах)	200													
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66			45,0	0,10	2	3		0,02	
<b>Итого</b>		19,78	28,13	31,28	460,83	0,27	15,19	1182,61	3,68	293,39	373,0	64,17	6,29	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,88	5,62	6,2	84,16	0,04	30,04	412,5	1,97	52,88	47,38	21,12	0,71	
Фрикадельки мясные (к супам)	20	8,94	7,67	0,35	106,07	0,03	0,4			8,58		11,06	1,35	
Гуляш из отварного мяса (без муки и томат-пасты с раст.маслом)	45/45	13,8	16,19	1,36	206,22	0,05	1,35	180	2,33	18,41	147,31	21,11	2,16	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		33,70	34,20	63,60	697,33	0,37	34,59	615	5,83	109,86	295,41	79,59	6,34	186,9

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
22 сентября 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет</b>														
Салат из моркови с растительным маслом (б/сах)	60	0,68	3,05	3,59	45,17	0,03	2,6	1040	1,53	14,04	28,66	19,76	0,36	
Омлет запеченный с сыром	140	17,47	18,91	2,3	250,4	0,08	0,58	292,09	1,69	269,42	315,8	25,79	2,5	
Чай ( б/ сах)	200													
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>20,55</b>	<b>22,26</b>	<b>19,69</b>	<b>361,57</b>	<b>0,23</b>	<b>3,18</b>	<b>1332,09</b>	<b>3,73</b>	<b>292,16</b>	<b>383,5</b>	<b>58,15</b>	<b>3,76</b>	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,88	5,62	6,2	84,16	0,04	30,04	412,5	1,97	52,88	47,38	21,12	0,71	
Фрикадельки мясные (к супам)	20	8,94	7,67	0,35	106,07	0,03	0,4			8,58		11,06	1,35	
Гуляш из отварного мяса (без муки и томат- пасты с раст.маслом)	45/45	13,8	16,19	1,36	206,22	0,05	1,35	180	2,33	18,41	147,31	21,11	2,16	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано- пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>33,70</b>	<b>34,20</b>	<b>63,60</b>	<b>697,33</b>	<b>0,37</b>	<b>34,59</b>	<b>615</b>	<b>5,83</b>	<b>109,66</b>	<b>295,41</b>	<b>79,59</b>	<b>6,34</b>	<b>162,26</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.