

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)

06 октября 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	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 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	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>		<b>19,84</b>	<b>28,14</b>	<b>31,49</b>	<b>463,21</b>	<b>0,27</b>	<b>17,99</b>	<b>1182,75</b>	<b>3,69</b>	<b>296,19</b>	<b>374,6</b>	<b>65,01</b>	<b>6,33</b>	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты (без картофеля)	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 с раст.маслом)	50/50	15,46	16,62	1,92	219,07	0,06	2,31			22,01		24,36	2,45	
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	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,8									
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>35,74</b>	<b>34,71</b>	<b>76,91</b>	<b>756,60</b>	<b>0,38</b>	<b>32,75</b>	<b>435</b>	<b>3,49</b>	<b>110,66</b>	<b>146,56</b>	<b>82,00</b>	<b>6,59</b>	<b>186,93</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 (сахарный диабет)

06 октября 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)	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 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	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66			45,0	0,10	2	3		0,02	
<b>Итого</b>		<b>19,34</b>	<b>27,64</b>	<b>19,24</b>	<b>404,46</b>	<b>0,23</b>	<b>5,49</b>	<b>1176,50</b>	<b>3,44</b>	<b>276,19</b>	<b>360,8</b>	<b>53,76</b>	<b>3,58</b>	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты (без картофеля)	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	
Гуляш из отварного мяса (без муки с раст.маслом)	50/50	15,46	16,62	1,92	219,07	0,06	2,31			22,01		24,36	2,45	
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	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,8									
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>26,80</b>	<b>27,04</b>	<b>76,56</b>	<b>650,53</b>	<b>0,35</b>	<b>32,35</b>	<b>435</b>	<b>3,49</b>	<b>102,08</b>	<b>146,56</b>	<b>70,94</b>	<b>5,24</b>	<b>162,26</b>

Начальник ОДП



Исламова Н.А.