

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
29 ноября 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	80	1,56	4,17	6,01	69,26	0,03	39,1				45,82		15,28	1
Филе грудки, припущенное с овощами	70	17,82	16,23	1,22	221,15	0,09	2,73	112	0,46	20,89	3,1	21,13	1,35	
Картофель отварной с маслом	150/5	3,24	4,27	26,15	156,25	0,19	32	27,3	0,21	20,14	94,3	36,98	1,47	
Чай с лимоном (сах.диабет)	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	
		25,08	24,98	47,39	515,04	0,43	76,63	139,44	1,19	98,35	137,9	86,83	4,76	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Суп с мелкошинкованными овощами (без картофеля) со сметаной	250/5	1,76	5,88	6,46	86,82	0,05	21,34	544,45	2,43	42,78	49,66	22,11	0,72	
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе горбуши) без сахара (сах.диабет)	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,11	3,02			44,57		55,61	0,93	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
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	
		21,90	15,67	56,90	458,91	0,36	36,86	573	3,61	132,85	211,47	115,07	5,93	
<b>Всего за рацион</b>														<b>208,21</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)  
29 ноября 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 ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	100	1,96	5,21	7,51	86,58	0,04	48,88				57,28		19,10	1,25
Филе грудки, припущенное с овощами	60	15,46	14,22	1,05	193,04	0,08	2,36	128,8	0,71	17,94	136,64	18,3	1,17	
Картофель отварной с маслом	150/5	3,24	4,27	26,15	156,25	0,19	32,00	27,30	0,21	20,14	94,30	36,98	1,47	
Чай с лимоном (сах.диабет)	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	
		23,12	24,01	48,72	504,25	0,43	86,04	156,24	1,44	106,86	271,5	87,82	4,83	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Суп с мелкошинкованн ыми овощами (без картофеля) со сметаной	250/5	1,76	5,88	6,46	86,82	0,05	21,34	544,45	2,43	42,78	49,66	22,11	0,72	
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая) без сахара (сах.диабет)	60/30	12,09	4,48	1,76	96,33	0,1	2,59	278,58	1,98	38	188,87	47,65	0,8	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,71	130,7	16,2	0,76	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,8									
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		20,45	14,82	61,81	457,00	0,31	23,93	846	5,41	109,19	408,23	98,56	3,18	
<b>Всего за рацион</b>														<b>162,26</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.