

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)
30 декабря 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Котлеты "Нежные" мясные	70	6,52	7,33	7,75	124,51	0,01	2	60	1,22	4,23	6,1	3,44	0,15	
Картофель отварной с маслом	180/5	3,88	4,39	31,36	180,99	0,23	38,4	28,26	0,24	23,71	112,86	44,36	1,76	
Чай с лимоном (б/сах)	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	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Мандарины	1 шт.	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	26,60			25		7,7	0,07	
		14,02	12,77	73,07	470,88	0,45	84,80	95,90	2,28	87,94	176,0	82,44	6,22	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Свекольник (без картофеля и сахара)	250/10	2,21	5,64	11,61	106,44	0,04	12,93			60,27		30,75	1,75	
Рыба, тушенная с овощами (филе горбуши)	60/40	15,32	8,78	1,74	147,22	0,16	2,18	373,96	2,94	23,22	159,87	29,65	0,63	
Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	150/5	4,73	6,23	21,41	160,45	0,16		0,75	2,5	10,44	111,85	75,18	2,54	
Компот из свежих плодов (б/сах)	200	0,16	0,16	3,92	18,8	0,01	4	2	0,08	6,4	4,4	3,6	0,88	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	150	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		25,32	21,61	64,73	557,66	0,53	31,61	383	6,28	129,03	328,87	163,03	9,45	
Всего за рацион														233,92

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)
30 декабря 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	
Котлеты "Нежные" мясные	70	6,52	7,33	7,75	124,51	0,01	2,00	60	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Картофель отварной с маслом	160/5	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 (б/сах)	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	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
		12,82	12,51	62,61	419,64	0,37	51,80	94,94	2,25	59,87	157,4	67,36	5,86	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Свекольник (без картофеля и сахара)	250/5	2,08	4,89	11,43	98,34	0,04	12,91			55,87		30,3	1,74	
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая) без сахара	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 гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	180/5	5,67	6,48	25,7	183,55	0,19		0,9	2,56	12,31	134,2	90,2	3,04	
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	
		22,24	16,15	52,69	444,22	0,45	15,50	279	5,05	114,88	362,07	180,75	6,48	
Всего за рацион														162,26

Начальник ОДП Исламова Н.А.