

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
09 марта 2022 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>														
Омлет натуральный	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,1	0,56	306,62	1,79	121,71	258,12	20,16	2,96	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
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	
<b>Итого</b>		<b>18,30</b>	<b>24,58</b>	<b>16,96</b>	<b>362,15</b>	<b>0,22</b>	<b>3,36</b>	<b>351,76</b>	<b>2,41</b>	<b>135,61</b>	<b>301,7</b>	<b>33,60</b>	<b>3,92</b>	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты (без картофеля) сах.диабет	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	
Туляш из отварного мяса без муки и томат- пасты с раст.маслом)	50/50	15,38	16,62	1,58	217,23	0,06	1,5			21,65		23,46	2,41	
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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>25,92</b>	<b>26,94</b>	<b>91,58</b>	<b>706,49</b>	<b>0,31</b>	<b>31,54</b>	<b>435</b>	<b>3,32</b>	<b>99,42</b>	<b>133,56</b>	<b>65,84</b>	<b>4,96</b>	<b>158,48</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)  
09 марта 2022 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет</b>														
Омлет натуральный	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,1	0,56	306,62	1,79	121,71	258,12	20,16	2,96	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>20,93</b>	<b>27,24</b>	<b>16,96</b>	<b>397,15</b>	<b>0,22</b>	<b>3,43</b>	<b>375,56</b>	<b>2,45</b>	<b>235,61</b>	<b>361,7</b>	<b>39,10</b>	<b>3,99</b>	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты (без картофеля) сах.диабет	250/5	1,75	4,87	6,02	76,06	0,04	30,02	407,15	1,96	48,48	44,33	20,67	0,7	
Гуляш из отварного мяса (без муки и томат- пасты с раст.маслом)	50/50	15,38	16,62	1,58	217,23	0,06	1,5			21,65		23,46	2,41	
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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>25,79</b>	<b>26,19</b>	<b>91,40</b>	<b>698,39</b>	<b>0,31</b>	<b>31,52</b>	<b>430</b>	<b>3,31</b>	<b>95,02</b>	<b>130,51</b>	<b>65,39</b>	<b>4,95</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.

