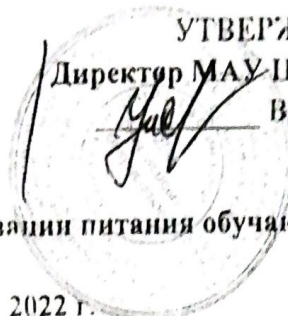


СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

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



Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

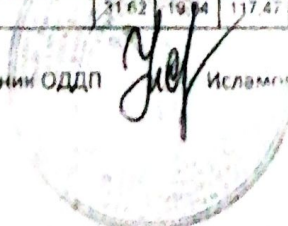
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Горошек зеленый консервированный | 20 | 0,62 | 0,04 | 1,3 | 8 | 0,02 | 2 | 10 | 0,04 | 4 | 12,4 | 4,2 | 0,14 | |
| Рыба, тушеная в томатном соусе (филе горбуши) | 90 | 11,76 | 7,4 | 2,64 | 124,59 | 0,13 | 3,92 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 26,96 | 0,63 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,3 | 5,11 | 22,1 | 140,04 | 0,16 | 25,97 | 32,91 | 0,18 | 53,58 | 97,33 | 33,49 | 1,28 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 2,2 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,28 | | 2,8 | 0,14 | 0,01 | 3,1 | 1,54 | 0,34 | 0,07 | |
| Итого | | 18,97 | 12,96 | 58,23 | 426,90 | 0,45 | 34,59 | 466,32 | 3,46 | 90,90 | 264,7 | 71,11 | 3,12 | 74,70 |

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

| 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 | |
| Свекольник со сметаной | 200/5 | 2,12 | 4,18 | 14,56 | 104,65 | 0,07 | 15,48 | 170,75 | 1,59 | 42,58 | 62,81 | 28,4 | 1,46 | |
| Биточки из мяса птицы томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 6,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,38 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,25 | 6,2 | 36,08 | 269,2 | 0,68 | | 1,5 | 2,58 | 71,53 | 169,8 | 66,29 | 5,29 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,06 | 32,92 | 128,4 | | | | | 0,6 | | | 0,06 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржанопшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,6 | 69 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 41,62 | 19,14 | 117,47 | 706,98 | 0,88 | 16,98 | 217 | 6,29 | 132,77 | 295,34 | 114,09 | 8,58 | 82,06 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





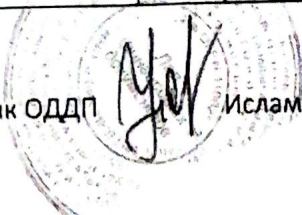
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2022 г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Обед с 7-11 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 200/5 | 2,12 | 4,18 | 14,56 | 104,65 | 0,07 | 15,46 | 170,75 | 1,59 | 42,58 | 62,61 | 28,4 | 1,46 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,29 | 4,83 | 36,14 | 257,3 | 0,68 | | 24 | 0,43 | 72,73 | 171 | 66,29 | 5,3 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 31,22 | 18,18 | 108,11 | 721,08 | 1,28 | 37,06 | 240 | 4,14 | 133,37 | 296,74 | 114,09 | 8,53 | 65,00 |
| Полдник с 7-18 лет(родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Курник | 75 | 8,07 | 8,38 | 20,93 | 191,12 | 0,1 | 5,68 | | | 24,61 | | 15,68 | 0,94 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 11,27 | 11,58 | 48,93 | 348,12 | 0,43 | 26,38 | 0,0 | 0,00 | 143,61 | 0,0 | 29,68 | 1,04 | 45,00 |

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

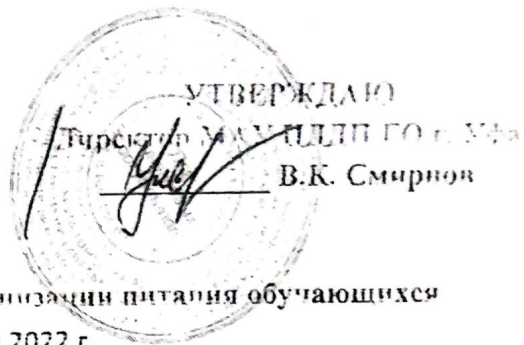
19 мая 2022 г

2 смена

| Примечание, 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 | |
| Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 200/5 | 2,12 | 4,18 | 14,55 | 104,63 | 0,07 | 15,45 | 170,75 | 1,59 | 42,58 | 62,61 | 29,4 | 1,45 | |
| Филе грудки отварное | 25 | 5,92 | 5,08 | 0,29 | 70,12 | | | | 0,1 | 6,57 | | 6,36 | | |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,51 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,15 | 3,35 | 4,53 | 2,5 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,29 | 4,83 | 35,14 | 257,3 | 0,58 | | 24 | 0,43 | 72,73 | 171 | 66,29 | 5,3 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 32,92 | 128,6 | | | | | 0,5 | | | | 0,06 |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 55 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 29 | 12,5 | 0,9 | |
| Яблоко | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,75 | 55,4 | 0,04 | 12 | 5 | 0,24 | 13,2 | 13,2 | 12,8 | 2,54 | |
| Итого | | 38,05 | 23,83 | 120,58 | 521,20 | 1,02 | 28,05 | 245 | 4,49 | 150,74 | 310,04 | 131,25 | 11,23 | |
| Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Курник | 75 | 8,07 | 8,38 | 20,93 | 191,12 | 0,1 | 3,50 | | | 21,51 | | 13,90 | 0,94 | |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,15 | 0,16 | 18,85 | 78,55 | 0,01 | 4 | 2 | 0,08 | 5,85 | 4,4 | 3,6 | 0,93 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 52 | 0,03 | 0,5 | | | 110 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 11,43 | 11,74 | 44,32 | 321,77 | 0,14 | 10,28 | 2,0 | 0,08 | 150,45 | 4,4 | 33,28 | 1,97 | 187,49 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



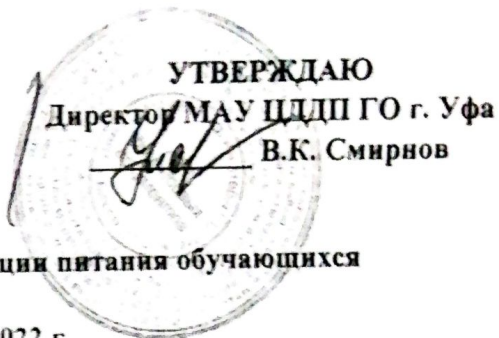
Школьное меню для организации питания обучающихся
19 мая 2022 г.

1 смена

| Прим. пищ. наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|--------|-------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба, тушеная в томатном соусе (филе горбуши) | 45/45 | 11,79 | 7,4 | 2,64 | 124,58 | 0,13 | 3,82 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 29,16 | 0,63 | |
| Картофельное пюре | 160 | 3,51 | 5,42 | 23,56 | 157,53 | 0,17 | 27,69 | 34,87 | 0,19 | 57,16 | 103,79 | 35,71 | 1,36 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | 0,3 | | | | |
| | | 18,50 | 13,22 | 48,20 | 386,11 | 0,44 | 31,51 | 458,14 | 3,42 | 87,68 | 257,2 | 60,29 | 2,99 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 200/5 | 2,12 | 4,18 | 14,56 | 104,65 | 0,07 | 15,46 | 170,75 | 1,59 | 42,58 | 62,61 | 26,4 | 1,46 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным | 60/30 | 7,01 | 6,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,29 | 4,83 | 36,14 | 257,3 | 0,65 | | 24 | 0,43 | 72,73 | 171 | 66,29 | 5,3 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 32,92 | 120,5 | | | | | 0,6 | | | 0,06 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржанопшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,9 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 3 | 2,8 | |
| | | 37,66 | 18,47 | 137,73 | 846,68 | 1,00 | 20,96 | 240 | 4,34 | 147,97 | 310,74 | 122,09 | 11,39 | |
| Итого за рацион | | | | | | | | | | | | | | 187,49 |

Начальник ОДП



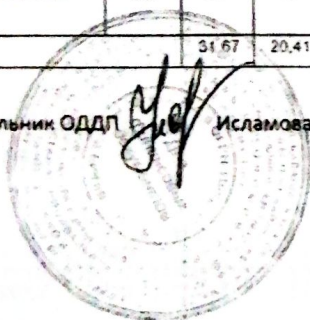


Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2022 г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба, тушеная в томатном соусе (филе горбуши) | 40/40 | 11,79 | 7,4 | 2,64 | 124,58 | 0,13 | 3,92 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 26,98 | 0,63 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,3 | 5,11 | 22,1 | 148,04 | 0,16 | 25,97 | 32,51 | 0,18 | 53,58 | 97,33 | 33,49 | 1,28 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | 0,3 | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Итого | | 17,49 | 12,81 | 41,24 | 350,62 | 0,39 | 29,79 | 456,10 | 3,26 | 82,10 | 244,22 | 64,67 | 2,66 | 65,00 |
| Обед с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 250/5 | 2,61 | 5,04 | 16,13 | 128,71 | 0,08 | 19,34 | 212,24 | 1,98 | 52,13 | 77,5 | 35,4 | 1,82 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,25 | 6,2 | 36,08 | 209,2 | 0,68 | | 1,5 | 2,58 | 71,53 | 169,6 | 66,29 | 5,29 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | 0,3 | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,0 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 31,67 | 20,41 | 88,12 | 662,04 | 0,99 | 20,84 | 260 | 6,68 | 142,02 | 310,23 | 121,09 | 8,88 | 70,00 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

Школьное меню для организации питания обучающихся

УТВЕРЖДАЮ

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

19 мая 2022 г

| Прием пищи. наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая я ценнос | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|------------------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак СОП с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба, тушенная в томатном соусе (филе горбуши) | 45/45 | 11,79 | 7,4 | 2,64 | 124,58 | 0,13 | 3,82 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 26,98 | 0,63 | |
| Картофельное пюре | 160 | 3,51 | 5,42 | 23,56 | 157,53 | 0,17 | 27,69 | 34,87 | 0,19 | 57,16 | 103,79 | 35,71 | 1,36 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,28 | | 2,8 | 0,14 | 0,01 | 3,1 | 1,54 | 0,84 | 0,07 | |
| Итого | | 18,56 | 13,23 | 58,39 | 428,39 | 0,44 | 34,31 | 458,28 | 3,43 | 90,48 | 258,72 | 69,13 | 3,06 | 72,21 |

Обед СОП с 12-18 лет

| 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 | |
| Свекольник со сметаной | 250/5 | 2,61 | 5,04 | 18,13 | 128,71 | 0,08 | 19,34 | 212,24 | 1,98 | 52,13 | 77,5 | 35,4 | 1,82 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,25 | 6,2 | 36,08 | 269,2 | 0,68 | | 1,5 | 2,58 | 71,53 | 169,6 | 66,29 | 5,29 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 31,67 | 20,41 | 96,10 | 701,94 | 0,99 | 20,84 | 259 | 6,68 | 142,02 | 310,23 | 121,09 | 8,88 | 82,54 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

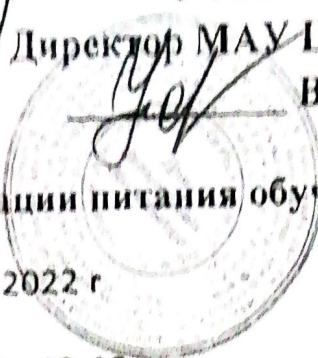


Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2022 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦ ГО г. Уфа
В.К. Смирнов



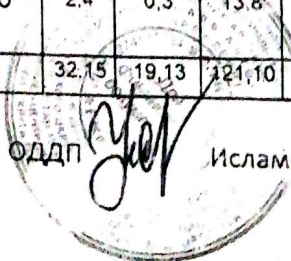
Завтрак ММС с 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|-----------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Рыба, тушенная в томатном соусе (филе горбуши) | 45/45 | 11,79 | 7,4 | 2,64 | 124,58 | 0,13 | 3,82 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 26,98 | 0,83 | |
| Картофельное пюре | 160 | 3,51 | 6,42 | 23,56 | 157,53 | 0,17 | 27,69 | 34,87 | 0,19 | 57,16 | 103,79 | 35,71 | 1,36 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,28 | | 2,8 | 0,14 | 0,01 | 3,1 | 1,54 | 0,84 | 0,07 | |
| Итого | | 18,56 | 13,23 | 58,39 | 428,39 | 0,44 | 34,31 | 458,28 | 3,43 | 90,48 | 258,72 | 69,13 | 3,06 | 77,62 |

Обед ММС, СОП с 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|--------------|------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Свекольник со сметаной | 250/5 | 2,61 | 5,04 | 18,13 | 128,71 | 0,08 | 19,34 | 212,24 | 1,98 | 52,13 | 77,5 | 35,4 | 1,82 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,83 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,29 | 4,83 | 36,14 | 257,3 | 0,98 | | 24 | 0,43 | 72,73 | 171 | 66,29 | 5,3 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 32,92 | 128,6 | | | | | 0,6 | | | 0,06 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 32,15 | 19,13 | 121,10 | 778,74 | 0,99 | 20,84 | 281 | 4,53 | 143,52 | 311,63 | 121,09 | 8,95 | 87,95 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

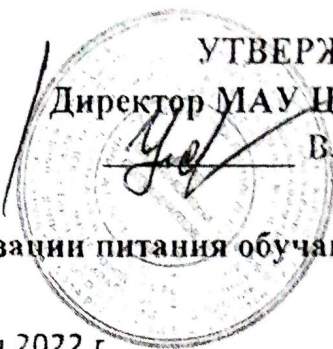
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов



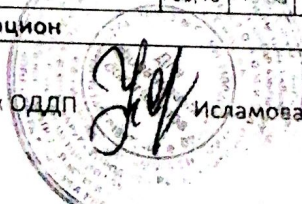
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2022 г

1 смена

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|--------|-------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба, тушенная в томатном соусе (филе горбуши) | 50/50 | 11,79 | 7,4 | 2,64 | 124,58 | 0,13 | 3,82 | 423,27 | 2,63 | 22,22 | 127,39 | 26,98 | 0,63 | |
| Картофельное пюре | 160 | 3,51 | 5,42 | 23,56 | 157,53 | 0,17 | 27,69 | 34,87 | 0,19 | 57,16 | 103,79 | 35,71 | 1,36 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | 0,3 | | | | |
| | | 18,50 | 13,22 | 48,20 | 500,11 | 0,44 | 31,51 | 459,14 | 3,42 | 87,60 | 257,18 | 58,29 | 2,99 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 250/5 | 2,61 | 5,04 | 18,13 | 120,71 | 0,06 | 19,34 | 212,24 | 1,98 | 52,13 | 77,5 | 35,4 | 1,82 | |
| Биточки из мяса птицы с томатным | 60/30 | 7,01 | 8,57 | 3,61 | 120,13 | 0,01 | 1,5 | 45 | 1,16 | 3,36 | 4,63 | 2,6 | 0,12 | |
| Пюре гороховое | 150/5 | 17,29 | 4,83 | 36,14 | 257,3 | 0,68 | | 24 | 0,43 | 72,73 | 171 | 66,29 | 5,3 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 32,92 | 120,5 | | | | | 0,6 | | | 0,06 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 76 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 96 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| | | 33,15 | 19,33 | 141,30 | 870,74 | 1,01 | 24,04 | 281 | 4,73 | 157,52 | 325,63 | 129,09 | 11,75 | |
| Итого за рацион | | | | | | | | | | | | | | 196,23 |

Начальник ОДП



Исламова Н.А.