СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

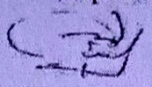
28 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Плов из мяса птицы (филе)	160	13,53	16,56	32,75	333,67	0,10		220,36		19,85	161,02	37,10	1,34	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Мандарины	2 шт					0,11				63,00		19,80	0,18	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		20,54	28,63	67,30	581,75	0,37	2,91	307,70	0,68	267,55	308,86	90,29	5,45	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	60	1,17	3,12	4,51	51,95	0,02	29,33	2,67	1,41	34,37	20,94	11,46	0,75	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/10	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06		262,24		26,51	65,65	18,36	0,66	
Филе грудки отварное (на суп)	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Рыба припущенная	90	17,60	5,71		122,15	0,12		11,07		46,12	265,77	61,00	0,90	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45,00		16,79	48,68	8,66	0,89	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Итого		37,59	31,02	106,08	854,89	0,53	55,33	336,10	2,04	180,37	501,91	142,21	10,13	338,23

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Плов из мяса птицы (филе)*	160	14,37	19,97	35,23	377,58	0,10	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Мандарины	2 шт					0,11				63,00		19,80	0,18	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		21,38	32,04	69,78	625,66	0,37	6,68	321,66	5,61	268,88	320,58	93,16	5,54	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах) сах.диабет	80	1,56	4,17	6,01	69,26	0,03	39,10			45,82		15,28	1,00	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/10	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06		262,24		26,51	65,65	18,36	0,66	
Филе грудки отварное (на суп)	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Рыба припущенная	100	19,67	5,36	0,60	129,77	0,14		92,30		55,20	299,80	69,95	1,07	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		39,01	27,10	83,62	729,27	0,48	40,10	392,16	0,63	159,70	513,50	132,48	5,04	293,46

Начальник ОДДП Исламова Н.А.