

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

29 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Огурцы свежие ; 503,03	30	0,21	0,03	0,57	3,30	0,01	2,10	0,90	0,03	5,10	9,00	4,20	0,15	
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	3,85	2,16	68,96	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет) ; 284,1	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 ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>16,61</b>	<b>19,57</b>	<b>47,32</b>	<b>432,67</b>	<b>0,24</b>	<b>5,01</b>	<b>337,66</b>	<b>1,06</b>	<b>206,02</b>	<b>290,77</b>	<b>64,27</b>	<b>2,83</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04	205	3,10	11,38	14,80	136,00	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе ; 233,71	90	10,59	9,63	2,85	140,12	0,06		96,56		15,55	93,60	14,67	0,91	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов (б/сах) ; 294,09	200	0,16	0,16	3,92	18,80	0,01	4,00	2,00	0,08	6,40	4,40	3,60	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>23,39</b>	<b>26,09</b>	<b>77,05</b>	<b>597,41</b>	<b>0,36</b>	<b>4,00</b>	<b>327,64</b>	<b>0,76</b>	<b>67,70</b>	<b>247,87</b>	<b>58,15</b>	<b>4,39</b>	<b>162,09</b>

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

29 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Огурцы свежие ; 503,03	30	0,21	0,03	0,57	3,30	0,01	2,10	0,90	0,03	5,10	9,00	4,20	0,15	
Рыба запеченная с овощами ; 591,11	100	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	165,35	41,92	0,70	
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет) ; 284,1	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 ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>21,53</b>	<b>21,89</b>	<b>53,37</b>	<b>497,16</b>	<b>0,32</b>	<b>5,01</b>	<b>484,06</b>	<b>1,23</b>	<b>225,06</b>	<b>369,04</b>	<b>85,03</b>	<b>3,41</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,55	260	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06		262,24		26,51	65,65	18,36	0,66	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе; 233,7	100	13,11	11,89	2,91	170,55	0,07		101,96		17,44	115,20	17,24	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов (б/сах) ; 294,09	200	0,16	0,16	3,92	18,80	0,01	4,00	2,00	0,08	6,40	4,40	3,60	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>25,94</b>	<b>24,15</b>	<b>101,37</b>	<b>725,74</b>	<b>0,45</b>	<b>4,00</b>	<b>394,70</b>	<b>0,76</b>	<b>99,47</b>	<b>306,76</b>	<b>77,19</b>	<b>7,53</b>	<b>181,89</b>

Начальник ОДДП Исламова Н.А.