

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 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>														
Плов из мяса птицы ; 131,17	170	12,20	15,51	36,51	334,08	0,09		246,71		19,24	155,15	38,59	1,29	
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	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
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	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		19,03	20,28	69,15	534,18	0,25	0,11	288,41	0,57	197,14	297,35	70,24	4,94	
<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	
Рыба, тушенная в томатном соусе; 80,21	90	8,41	5,46	5,01	113,65	0,08		458,04		32,02	137,64	38,86	0,74	
Рагу из овощей; 224	150	2,91	6,49	17,59	141,28	0,11		406,64		36,03	67,31	31,32	1,15	
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 ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Мандарины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		17,54	23,93	64,87	520,33	0,40	30,60	1 073,26	0,59	126,21	299,04	108,50	4,26	189,47

Начальник ОДП Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 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>														
Плов из мяса птицы ; 131,17	170	12,20	15,51	36,51	334,08	0,09		246,71		19,24	155,15	38,59	1,29	
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	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
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	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		19,03	20,28	69,15	534,18	0,25	0,11	288,41	0,57	197,14	297,35	70,24	4,94	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Филе грудки отварное (на суп); 108,02	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Рыба, тушенная в томатном соусе; 80,14	100	10,37	5,71	2,93	105,40	0,09		458,15		36,76	167,16	45,48	0,83	
Рагу из овощей; 224	150	2,91	6,49	17,59	141,28	0,11		406,64		36,03	67,31	31,32	1,15	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
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	
Итого		23,49	23,61	47,25	495,50	0,41		1 134,28	0,51	110,17	387,63	113,67	3,97	181,89

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.