

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 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	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,29	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мацларины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		14,99	10,67	87,09	508,70	0,38	26,60	256,89		107,82	231,99	73,53	2,71	102,05
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мацларины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		29,86	31,58	130,14	888,06	0,50	26,60	292,79	0,51	139,89	301,07	69,14	5,02	109,14

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДи ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2023 г.

Прием пищи, выпечка/напитки/блюда	Масса порции н. (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	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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		27,38	29,10	102,84	742,54	0,43		279,83	0,51	107,28	285,41	58,14	4,72	72,54
Полдник (родительская плата)														
Плюшка московская ; 433,1	50	4,33	3,35	29,15	163,89	0,07	0,05	20,51	0,68	14,87	39,31	6,76	0,53	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Творог детский фасованный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			361,11		277,78	1,99	
Итого		67,82	66,84	128,42	326,95	0,67	11,96	20,51	0,68	376,28	39,31	284,54	2,55	45,00

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЛП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции н, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергия питания для ценности (ккал/г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мансарны ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		30,49	31,50	37,54	919,56	0,52	26,60	292,79	0,51	142,62	310,20	70,87	5,20	
полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Плошка московская ; 433,11	100	8,67	6,69	58,38	328,12	0,13	0,09	41,02	1,36	29,75	78,71	13,54	1,06	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Творог детский фасованный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			361,11		277,78	1,99	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		72,56	70,58	173,17	558,68	0,91	12,00	46,02	1,36	406,80	89,71	300,32	5,25	189,47

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2023 г.

Примечание, 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	
Завтрак ОБЗ, девочки 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рыба заливная 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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,29	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мандарины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		14,99	10,67	87,09	508,70	0,38	26,60	256,89		107,82	231,99	73,53	2,71	
Обед ОБЗ, девочки 7-11 лет (1 СМЕНА)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мандарины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		29,86	31,58	130,14	888,06	0,50	26,60	292,79	0,51	139,89	301,07	69,14	5,02	189,47

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 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	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		15,01	9,87	76,22	454,12	0,36		322,02		99,65	260,52	79,96	4,76	78,20
Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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		26,80	23,67	108,08	750,74	0,47		330,14	0,51	113,56	306,45	63,36	5,03	89,45

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

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2023 г.

Привеи пици, наименование блюда	Масса порции, г (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	
Завтрак 12-18 лет СВО														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		17,64	12,53	76,22	489,12	0,36		345,82		199,65	320,52	85,46	4,83	77,47
Обед 12-18 лет СВО														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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		26,80	23,67	108,08	750,74	0,47		330,14	0,51	113,56	306,45	63,36	5,03	88,61

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 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	
Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		17,64	12,53	76,22	489,12	0,36		345,82		199,65	320,52	85,46	4,83	
Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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		26,80	23,67	108,08	750,74	0,47		330,14	0,51	113,56	306,45	63,36	5,03	181,89

Начальник ЦДДП *Л.А.*

Исмаилов Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2023 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции н, (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	
обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
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; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
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		26,80	23,67	108,08	750,74	0,47		330,14	0,51	113,56	306,45	63,36	5,03	
полдник ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
Плошка московская ; 433,11	100	8,67	6,69	58,38	328,12	0,13	0,09	41,02	1,36	29,75	78,71	13,54	1,06	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Творог детский фасованный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			2361,11		277,78	1,99	
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		72,64	70,66	76,31	572,28	0,92	12,00	47,02	1,36	410,06	91,91	302,12	5,69	181,89

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

Школьное меню для организации питания обучающихся.
24 ноября 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	
Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет														
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 (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	
Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Мандарины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Итого		20,10	22,87	60,79	533,59	0,30	27,31	336,62	1,02	341,62	280,23	80,93	2,81	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
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 ; 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		23,07	26,47	91,29	657,01	0,36	4,00	333,64	0,59	84,00	248,07	64,75	6,73	189,47

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 ноября 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	
Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет														
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) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		22,40	23,63	52,70	516,36	0,30	3,40	471,26	0,97	286,06	317,04	87,88	3,02	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
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	
Итого		25,46	23,67	82,53	644,14	0,41	4,00	388,70	0,76	80,27	293,56	66,39	4,89	181,89

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 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	
Завтрак (строгое 7-11)														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49	0,16	8,80	109,80	10,56	0,79	
Картофельное пюре с растительным маслом; 138,11	130	2,22	5,04	18,13	126,98	0,13	22,24			20,32		26,13	1,07	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
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		13,50	19,54	57,04	458,26	0,20	22,24	11,49	0,95	50,64	123,04	47,72	4,53	102,05
Обед (строгое 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,78	35	9,34	10,54		132,20	0,02		4,79	0,14	7,81	95,80	9,22	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безлукотен); 211,34	123	2,73	3,75	33,05	177,75					3,68		0,22	0,03	
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 из безбелковой смеси; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Итого		13,73	20,61	67,01	510,59	0,07	4,00	208,02	1,01	34,37	147,88	27,24	2,14	109,14

Начальник ОДП  Исламова Н.А.