

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

19 сентября 2023 г.

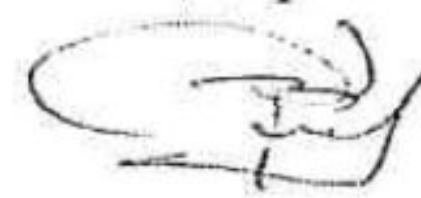
| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|------|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С    | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет                                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Огурцы свежие ;<br>503,01                                                | 20                        | 0,14                    | 0,02  | 0,38  | 2,20                                              | 0,01          |      | 0,60       |      | 3,40                         | 6,00   | 2,80   | 0,10 |        |
| Омлет натуральный;<br>218,31                                             | 130                       | 13,65                   | 14,74 | 2,44  | 197,23                                            | 0,08          |      | 265,61     |      | 105,42                       | 223,59 | 17,47  | 2,56 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                                | 10                        | 2,63                    | 2,66  |       | 35,00                                             |               |      | 23,80      |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |      |            | 0,51 | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          | 0,60 |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 22,02                   | 20,92 | 21,12 | 362,43                                            | 0,24          | 0,60 | 290,01     | 0,51 | 336,52                       | 328,59 | 52,37  | 3,73 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                          |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Суп гороховый<br>(сах.диабет) ; 129,27                                   | 200                       | 7,35                    | 3,73  | 17,48 | 133,40                                            | 0,29          |      | 474,59     |      | 40,92                        | 91,67  | 37,88  | 2,40 |        |
| Мясо птицы,<br>припущенное в<br>томатном соусе ;<br>233,69               | 90                        | 11,79                   | 10,75 | 2,62  | 153,90                                            | 0,07          |      | 91,74      |      | 15,87                        | 103,59 | 15,51  | 0,98 |        |
| Каша пшенная вязкая<br>с маслом ; 470,13                                 | 155                       | 4,35                    | 4,86  | 25,00 | 161,30                                            | 0,16          |      | 23,63      | 0,16 | 14,27                        | 88,88  | 31,30  | 1,05 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов (б/сах) ;<br>293,05                       | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 12,96 | 48,80                                             |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>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                                                               | 100                       | 0,40                    | 0,40  | 15,70 | 68,00                                             | 0,03          |      | 5,00       |      | 16,00                        | 11,00  | 9,00   | 2,20 |        |
| Итого                                                                    |                           | 26,73                   | 20,13 | 87,56 | 631,40                                            | 0,67          |      | 594,96     | 0,67 | 95,76                        | 334,14 | 106,29 | 7,53 | 162,09 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

19 сентября 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|------|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С    | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                                      |                           |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Огурцы свежие ;<br>503,01                                                | 20                        | 0,14                    | 0,02  | 0,38   | 2,20                                              | 0,01          |      | 0,60       |      | 3,40                         | 6,00   | 2,80   | 0,10 |        |
| Омлет натуральный;<br>218,32                                             | 140                       | 14,70                   | 15,87 | 2,63   | 212,40                                            | 0,09          |      | 286,04     |      | 113,53                       | 240,79 | 18,81  | 2,76 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                                | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                             |               |      | 23,80      |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11              | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |      |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50   | 62,00                                             | 0,03          | 0,60 |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 23,87                   | 22,15 | 25,91  | 399,60                                            | 0,29          | 0,60 | 310,44     | 0,68 | 347,53                       | 358,79 | 57,91  | 4,23 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                                         |                           |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Суп гороховый<br>(сах.диабет) ; 129,28                                   | 250                       | 9,28                    | 4,67  | 22,08  | 168,16                                            | 0,36          | 4,20 | 600,74     | 2,12 | 56,76                        | 115,86 | 48,18  | 3,07 |        |
| Мясо птицы,<br>припущенное в<br>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 |        |
| Каша пшенная вязкая<br>с маслом ; 470,14                                 | 185                       | 5,22                    | 5,11  | 29,99  | 186,95                                            | 0,19          |      | 23,85      | 0,19 | 16,66                        | 106,35 | 37,55  | 1,25 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов (б/сах) ;<br>293,05                       | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 12,96  | 48,80                                             |               |      |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>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 |        |
| Итого                                                                    |                           | 31,73                   | 22,64 | 105,18 | 744,06                                            | 0,82          | 4,20 | 732,55     | 2,99 | 121,66                       | 402,61 | 130,57 | 9,25 | 181,89 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.