

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

19 января 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<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                              |                           |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,19                              | 60                        | 6,32                    | 4,22  | 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 |        |
| Итого                                                           |                           | 19,54                   | 23,10 | 51,04 | 488,99                               | 0,26          | 0,71 | 336,62     | 1,02 | 317,12                       | 280,23 | 73,23 | 2,74 |        |
| 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 |        |
| 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                                                           |                           | 22,43                   | 25,83 | 68,53 | 556,61                               | 0,31          |      | 325,64     | 0,51 | 58,40                        | 230,47 | 50,35 | 3,21 | 161,55 |

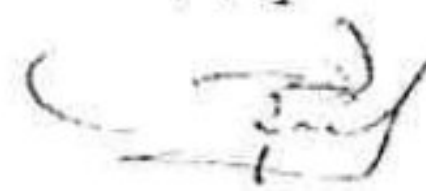
Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

19 января 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                      | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<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                    |                           |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>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<br>вязкая с маслом;<br>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) ;<br>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<br>(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-<br>пшеничный для<br>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                                                  |                           | 19,20                   | 20,43 | 48,20 | 454,36                               | 0,27          | 2,80 | 471,26     | 0,97 | 167,06                       | 317,04 | 73,88 | 2,92 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                       |                           |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник с<br>перловой крупой и<br>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,<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 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,41    | 165                       | 6,20                    | 4,35  | 39,55 | 222,33                               | 0,10          |      | 22,50      | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| Компот из свежих<br>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-<br>пшеничный для<br>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                                                  |                           | 24,37                   | 23,96 | 91,84 | 680,08                               | 0,40          | 4,00 | 394,70     | 1,48 | 94,87                        | 287,67 | 71,85 | 7,11 | 188,01 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.