

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

31 января 2024 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    | Ca                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                                 |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы, отварное<br>с овощами ; 16 546,15                       | 80                        | 10,66                   | 13,13 | 2,92  | 172,24                                            | 0,07          |      | 510,64     |      | 20,36                        | 107,78 | 21,50 | 1,00 |        |
| 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 |        |
| Масло сливочное ; 401                                               | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13  | 66,10                                             |               |      | 45,00      | 0,10 | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Сыр (порциями);<br>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<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 ; 38,01                                                      | 120                       | 0,48                    | 0,48  | 18,84 | 81,60                                             | 0,04          |      | 6,00       |      | 19,20                        | 13,20  | 10,80 | 2,64 |        |
| Итого                                                               |                           | 23,77                   | 29,50 | 75,24 | 660,77                                            | 0,33          | 0,11 | 619,84     | 1,56 | 217,28                       | 303,20 | 62,40 | 5,61 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                                    |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп пшенный с<br>мелкошинкованными<br>овощами со сметаной;<br>65,65 | 260                       | 2,30                    | 4,50  | 13,04 | 102,39                                            | 0,09          |      | 215,98     |      | 20,47                        | 53,88  | 20,49 | 0,68 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,42                                       | 220                       | 15,79                   | 20,06 | 47,25 | 432,33                                            | 0,12          |      | 319,28     |      | 24,90                        | 200,78 | 49,93 | 1,66 |        |
| 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 |        |
| Итого                                                               |                           | 20,49                   | 24,86 | 74,09 | 600,72                                            | 0,33          |      | 535,26     | 0,51 | 54,07                        | 293,66 | 83,02 | 3,24 | 188,01 |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

31 января 2024 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                                  |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы, отварное<br>с овощами ; 16                              | 80                        | 10,66                   | 13,13 | 2,92  | 172,24                                            | 0,07          |      | 510,64     |      | 20,36                        | 107,78 | 21,50 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                 | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08 | 214,49                                            | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                         | 8                         | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |      | 36,00      | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |       | 0,02 |        |
| 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 |        |
| Итого                                                               |                           | 19,46                   | 23,75 | 53,90 | 505,61                                            | 0,28          |      | 569,14     | 0,59 | 46,57                        | 196,36 | 42,76 | 2,80 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                     |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп пшенный с<br>мелкошинкованными<br>овощами со сметаной;<br>65,61 | 255                       | 2,17                    | 3,75  | 12,86 | 94,29                                             | 0,09          |      | 210,63     |      | 16,07                        | 50,83  | 20,04 | 0,67 |        |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,17                                      | 170                       | 12,20                   | 15,51 | 36,51 | 334,08                                            | 0,09          |      | 246,71     |      | 19,24                        | 155,15 | 38,59 | 1,29 |        |
| 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 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                | 200                       | 1,00                    | 0,20  | 20,20 | 92,00                                             | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                               |                           | 17,77                   | 19,76 | 83,37 | 586,37                                            | 0,32          | 4,00 | 457,34     | 0,71 | 58,01                        | 258,98 | 79,23 | 5,66 | 161,55 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

