

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

06 февраля 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                                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,34                                             | 150                       | 15,75                   | 17,01 | 2,81  | 227,57                                            | 0,10          |      | 306,46     |      | 121,64                       | 257,98 | 20,15 | 2,96 |        |
| 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                                                                    |                           | 23,98                   | 23,17 | 21,11 | 390,57                                            | 0,25          | 0,60 | 330,26     | 0,51 | 349,34                       | 356,98 | 52,25 | 4,03 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                          |                           |                         |       |       |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,08                        | 200                       | 2,02                    | 2,45  | 12,30 | 79,50                                             | 0,09          | 9,20 | 161,36     | 1,03 | 16,13                        | 56,12  | 29,71 | 1,06 |        |
| Жаркое по-домашнему<br>из мяса птицы<br>отварного; 684,14                | 160                       | 10,07                   | 12,18 | 19,73 | 228,52                                            | 0,16          |      | 23,80      |      | 20,18                        | 119,93 | 32,17 | 1,49 |        |
| 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 ; 38,01                                                           | 120                       | 0,48                    | 0,48  | 18,84 | 81,60                                             | 0,04          |      | 6,00       |      | 19,20                        | 13,20  | 10,80 | 2,64 |        |
| Итого                                                                    |                           | 15,41                   | 15,50 | 77,63 | 504,42                                            | 0,41          | 9,20 | 191,16     | 1,54 | 64,21                        | 228,25 | 85,28 | 6,09 | 161,55 |

Начальник ОДП 

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

06 февраля 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) 12-18 лет                                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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>27,02                                                 | 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 |        |
| 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                                                                    |                           | 24,25                   | 23,36 | 20,93 | 392,90                                            | 0,24          | 0,71  | 321,74     | 0,57 | 391,23                       | 369,79 | 53,66  | 3,87 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                                         |                           |                         |       |       |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                        | 250                       | 2,53                    | 3,06  | 15,37 | 99,38                                             | 0,11          | 11,50 | 201,70     | 1,29 | 20,16                        | 70,15  | 37,14  | 1,33 |        |
| Филе грудки отварное<br>(на суп); 108,06                                 | 20                        | 7,10                    | 6,09  | 0,35  | 84,14                                             | 0,04          | 1,00  | 15,12      | 0,12 | 7,88                         | 61,87  | 7,63   | 0,53 |        |
| Жаркое по-домашнему<br>из мяса птицы<br>отварного ; 684,16               | 200                       | 12,59                   | 15,23 | 24,66 | 285,65                                            | 0,20          |       | 29,75      |      | 25,23                        | 149,91 | 40,21  | 1,86 |        |
| 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                                                                    |                           | 25,10                   | 25,16 | 73,02 | 616,77                                            | 0,51          | 12,50 | 252,57     | 1,92 | 81,17                        | 334,13 | 108,38 | 7,26 | 188,01 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

