









УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа


В.К. Сыртвов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Пример 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	150/4	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		11,82	18,12	67,09	481,18	0,45	10,89	76,40	0,73	235,96	194,36	70,64	2,15	64,44
<b>Обед</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	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 (филе грудки)	40/40	10,55	13,54	2,61	174,10	0,06		81,60		12,56	92,71	13,78	0,86	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		24,43	29,99	106,04	751,65	0,42		312,68	0,51	68,26	253,48	57,26	4,84	72,54

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая вещность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОБЗ, инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	150/4	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порционный)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		15,77	22,11	67,09	533,68	0,45	11,00	112,10	0,79	385,96	284,36	78,89	2,26	
<b>Обед ОБЗ, инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	3,10	11,38	14,80	136,00	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Мясо птицы, прилущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,55	13,54	2,61	174,10	0,06		81,60		12,56	92,71	13,78	0,86	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	16,26	67,10	0,01		2,00		6,70	4,40	3,60	0,91	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		24,43	29,99	101,05	731,70	0,42		312,68	0,51	68,11	253,48	57,26	4,82	151,86

Начальник ОДЦ  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДФ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	3,10	11,38	14,80	136,00	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Филе грудки отварное (на суп)	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	11,92	15,55	2,76	198,18	0,07		91,98		14,52	104,81	15,57	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>31,72</b>	<b>37,08</b>	<b>106,48</b>	<b>845,85</b>	<b>0,46</b>		<b>335,66</b>	<b>0,51</b>	<b>76,79</b>	<b>317,14</b>	<b>65,41</b>	<b>5,40</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Плошка московская	100	8,62	8,45	58,30	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	76,92	13,54	1,05	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Творог детский фаованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,60	11,91			2 361,11		277,78	1,99	
<b>Итого</b>		<b>72,11</b>	<b>71,94</b>	<b>157,29</b>	<b>1612,51</b>	<b>0,88</b>	<b>22,00</b>	<b>12,22</b>	<b>4,11</b>	<b>2 389,33</b>	<b>76,92</b>	<b>291,32</b>	<b>3,04</b>	<b>151,86</b>

Начальник ОДЦ Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа


В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 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	
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	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 (филе грудки)	40/40	10,55	13,54	2,61	174,10	0,06		81,60		12,56	92,71	13,78	0,86	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>24,43</b>	<b>29,99</b>	<b>106,04</b>	<b>751,65</b>	<b>0,42</b>		<b>312,68</b>	<b>0,51</b>	<b>68,26</b>	<b>253,48</b>	<b>57,26</b>	<b>4,84</b>	<b>72,54</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
Плошка московская	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	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,60	11,91			2 361,11		277,78	1,99	
<b>Итого</b>		<b>67,82</b>	<b>66,84</b>	<b>128,42</b>	<b>1433,95</b>	<b>0,67</b>	<b>11,96</b>	<b>20,51</b>	<b>0,68</b>	<b>2 376,28</b>	<b>39,31</b>	<b>284,54</b>	<b>2,55</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОД  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа  
 В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Принем 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом (б/сах)	150/5	6,27	8,07	23,98	194,21	0,18		39,00		110,20	177,24	53,18	1,29	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет)	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	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)	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>15,96</b>	<b>22,82</b>	<b>42,62</b>	<b>443,19</b>	<b>0,33</b>	<b>3,51</b>	<b>119,84</b>	<b>0,68</b>	<b>393,10</b>	<b>310,78</b>	<b>88,87</b>	<b>2,46</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	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 (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов (б/сах)	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	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>25,53</b>	<b>33,43</b>	<b>77,25</b>	<b>672,62</b>	<b>0,37</b>	<b>4,00</b>	<b>333,28</b>	<b>0,76</b>	<b>68,60</b>	<b>270,71</b>	<b>60,80</b>	<b>4,57</b>	<b>151,86</b>

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Применение 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	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	180/5	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>14,45</b>	<b>20,78</b>	<b>67,09</b>	<b>516,18</b>	<b>0,45</b>	<b>10,89</b>	<b>100,20</b>	<b>0,73</b>	<b>335,96</b>	<b>254,36</b>	<b>76,14</b>	<b>2,22</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>27,07</b>	<b>28,41</b>	<b>111,72</b>	<b>809,06</b>	<b>0,47</b>		<b>383,59</b>	<b>0,51</b>	<b>78,43</b>	<b>298,25</b>	<b>66,02</b>	<b>5,38</b>	<b>89,45</b>

Начальник ОД Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Присл 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	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 12-18 лет СВО</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	180/5	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>14,45</b>	<b>20,78</b>	<b>67,09</b>	<b>516,18</b>	<b>0,45</b>	<b>10,89</b>	<b>100,20</b>	<b>0,73</b>	<b>335,96</b>	<b>254,36</b>	<b>76,14</b>	<b>2,22</b>	<b>77,47</b>
<b>Обед 12-18 лет СВО</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,00	
<b>Итого</b>		<b>27,07</b>	<b>28,41</b>	<b>111,72</b>	<b>809,06</b>	<b>0,47</b>		<b>383,59</b>	<b>0,51</b>	<b>78,43</b>	<b>298,25</b>	<b>66,02</b>	<b>5,38</b>	<b>88,61</b>

Начальник ОД Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 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	
<b>Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	180/5	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порция)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		16,57	22,21	72,59	559,68	0,49	11,00	112,10	1,39	387,96	290,86	80,29	2,51	
<b>Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/10	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 (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Итого		28,80	29,36	122,00	865,16	0,55		388,94	1,28	87,73	320,80	72,07	5,94	181,89

Начальник ОДП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/10	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06		262,24		26,51	65,65	18,36	0,66	
Филе грудки отварное (на сул)	30	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Мясо птицы, приготовленное в томатном соусе (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>35,90</b>	<b>35,45</b>	<b>122,35</b>	<b>949,30</b>	<b>0,59</b>	<b>1,00</b>	<b>404,06</b>	<b>1,40</b>	<b>95,61</b>	<b>382,67</b>	<b>79,70</b>	<b>6,47</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Плюшка московская	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	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,60	11,91			2 361,11		277,78	1,99	
<b>Итого</b>		<b>72,16</b>	<b>70,18</b>	<b>157,37</b>	<b>1597,28</b>	<b>0,88</b>	<b>22,00</b>	<b>41,02</b>	<b>1,36</b>	<b>2 390,86</b>	<b>78,71</b>	<b>291,32</b>	<b>3,05</b>	<b>181,89</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 2023 г.

Прим 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак СОП 11-18 лет</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом	150/4	6,14	7,37	36,26	236,08	0,17	0,29	31,40	0,63	108,56	171,86	52,44	1,28	
Сыр (порция)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		14,45	20,78	67,09	516,18	0,45	10,89	100,20	0,73	335,96	254,36	76,14	2,22	72,21
<b>Обед СОП 11-18 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,55	13,54	2,61	174,10	0,06		81,60		12,56	92,71	13,78	0,86	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		24,37	24,77	111,28	763,84	0,46		362,99	0,51	74,54	274,52	62,48	5,15	82,54

Начальник ОДП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 февраля 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом (б/сах)	180/5	7,52	8,96	28,77	226,44	0,21	1,17	42,30	0,68	133,10	212,39	63,88	1,55	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Чай с лимоном (сах.диабет)	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	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара)	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>18,01</b>	<b>23,81</b>	<b>52,01</b>	<b>497,42</b>	<b>0,40</b>	<b>4,68</b>	<b>123,14</b>	<b>1,53</b>	<b>418,90</b>	<b>358,93</b>	<b>103,77</b>	<b>3,02</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/10	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 (филе грудки)	50/50	13,25	17,18	3,05	219,32	0,07		102,20		16,45	116,44	17,32	1,09	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	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)	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	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>25,60</b>	<b>28,96</b>	<b>82,67</b>	<b>692,91</b>	<b>0,41</b>	<b>4,00</b>	<b>388,94</b>	<b>0,76</b>	<b>79,28</b>	<b>294,80</b>	<b>66,47</b>	<b>4,89</b>	<b>181,89</b>

Начальник СДДП  Исламова Н.А.