











УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак (безмолочное) 7-11 лет														
Плов из мяса птицы (филе)*	200	16,90	23,50	41,47	444,28	0,12	4,42	275,60	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
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	
Итого		19,30	23,80	67,67	561,28	0,37	14,42	275,60	5,79	30,92	222,75	51,23	2,43	64,44
Обед (безмолочное) 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны)	250	1,76	5,28	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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		23,30	14,83	102,28	634,63	0,67	10,00	686,37	1,28	86,26	335,04	89,44	4,46	72,54

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

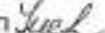
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции н, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценно- сть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Плов из мяса птицы (филе)	150	12,75	17,97	31,36	337,68	0,09		206,70		18,68	152,33	35,24	1,26	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Итого		15,21	24,07	57,94	508,46	0,19		242,70	0,08	26,90	174,23	39,44	2,06	64,44
Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	1,54	4,97	10,15	91,78	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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		21,48	14,32	89,87	573,81	0,58	10,00	641,41	0,51	82,21	306,68	80,80	3,79	72,54

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Плов из мяса птицы (филе)	150	12,75	17,97	31,36	337,68	0,09		206,70		18,68	152,33	35,24	1,26	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		15,73	24,59	78,35	569,56	0,23		249,20	0,08	47,70	188,53	51,14	4,92	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	1,54	4,97	10,15	91,78	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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		21,48	14,32	89,87	573,81	0,58	10,00	641,41	0,51	82,21	306,68	80,80	3,79	151,22

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	1,54	4,97	10,15	91,78	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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	
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		22,48	14,52	110,07	665,81	0,60	14,00	641,41	0,71	96,21	320,68	88,80	6,59	
полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,10	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Яблоко .	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		8,55	8,86	49,75	312,62	0,14	5,68	6,00		44,11	13,20	26,48	3,61	151,22

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 2023 г.

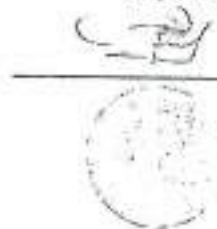
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	1,54	4,97	10,15	91,78	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Рыба, тушеная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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		21,48	14,32	89,87	573,81	0,58	10,00	641,41	0,51	82,21	306,68	80,80	3,79	72,54
Полдник (родительская плата)														
Курник*	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		11,17	13,21	56,60	389,55	0,17	7,57	29,27	3,44	50,93	126,31	31,68	3,90	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа


В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак (строгое 7-11)														
Плов из филе индейки (без томат-пасты)	50/100	15,71	22,04	27,11	369,65	0,07	1,20	166,67	3,47	20,96	195,08	34,66	1,45	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		15,79	23,45	42,53	444,37	0,07	1,20	166,67	4,04	22,89	195,11	34,87	1,47	64,44
Обед (строгое 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны)	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	35/35	0,04	1,10	0,20	10,91	0,02		46,66		8,58	94,78	9,88	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглутен)	130/4	2,96	4,82	35,81	199,31				1,76	4,05	0,08	0,24	0,03	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		4,49	11,55	61,40	368,62	0,06		247,89	2,33	28,72	142,53	24,30	1,25	72,54

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Плов из мяса птицы (филе)	150	12,75	17,97	31,36	337,68	0,09		206,70		18,68	152,33	35,24	1,26	
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 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	
Итого		17,92	28,19	45,50	507,16	0,21	2,80	275,64	0,62	132,58	255,87	54,18	2,29	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	60	1,17	3,12	4,51	51,95	0,02	29,33	2,67	1,41	34,37	20,94	11,46	0,75	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	200/5	1,54	4,97	10,15	91,78	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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 смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
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		20,69	17,23	81,14	557,56	0,35	29,33	644,08	1,92	110,58	308,12	88,06	3,79	151,22

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак+обед (фенилкетонурия) 7-11 лет														
Оладьи из безбелковой смеси	130	1,03	1,52	56,15	261,46		0,05		0,44	2,21	0,92	0,74	0,14	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Салат "Здоровье"	60	1,01	5,06	4,37	67,36	0,03	4,64	460,46	2,34	18,14	29,92	16,27	0,57	
Суп с мелкошинкованными овощами (без сметаны)	200	1,50	3,41	8,90	72,69	0,07	17,04	164,88	1,52	20,54	41,23	17,44	0,64	
Картофель запеченный	150	3,53	2,40	28,77	151,19	0,21		5,30		18,26	102,40	40,63	1,59	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Хлеб из безбелковой смеси	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		9,19	16,02	212,46	1024,04	0,52	35,73	637,14	5,64	98,41	202,83	95,20	8,70	151,22

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Плов из мяса птицы	170	14,46	20,36	35,59	382,93	0,10		234,32		21,18	172,74	39,97	1,43	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Итого		17,74	28,01	67,70	592,93	0,24		279,32	0,70	31,88	201,74	45,57	2,48	
Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
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	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	50/50	10,37	5,71	2,93	105,40	0,09		458,15		36,76	167,16	45,48	0,83	
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	
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	
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	
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		25,61	17,80	123,13	759,70	0,71	14,00	742,89	1,48	112,46	371,99	102,90	7,37	178,56

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДи ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
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	
Рыба, тушеная в томатном соусе (филе минтая)	50/50	10,37	5,71	2,93	105,40	0,09		458,15		36,76	167,16	45,48	0,83	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45,00	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
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	
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	
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		26,67	20,81	130,42	820,14	0,73	14,00	760,04	2,53	111,99	379,57	104,18	7,55	
полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
Куриник*	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		11,21	13,25	58,17	369,05	0,17	7,57	29,77	3,44	52,53	127,41	32,58	4,12	178,56

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак 12-18 лет СОП														
Плов из мяса птицы	170	14,46	20,36	35,59	382,93	0,10		234,32		21,18	172,74	39,97	1,43	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		17,40	21,15	81,12	584,81	0,24	2,80	240,46	0,01	49,48	206,98	55,81	4,89	72,21
Обед 12-18 лет СОП														
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	
Рыба, тушеная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
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	
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		21,83	15,38	92,36	594,73	0,60	10,00	691,72	0,51	85,76	318,59	84,29	3,92	82,54

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС, СВО)														
Плов из мяса птицы	170	14,46	20,36	35,59	382,93	0,10		234,32		21,18	172,74	39,97	1,43	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		17,40	26,94	81,01	635,31	0,24		276,32	0,08	48,60	207,84	54,97	4,87	78,20
Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС, СВО)														
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	
Рыба, тушеная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,44	2,64	88,53	0,08		412,33		33,36	150,31	40,92	0,74	
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	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		22,31	15,86	111,48	677,23	0,49		697,72	0,51	105,26	331,79	95,09	6,59	89,45

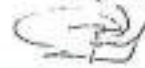
Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак (фенилкетонурия) 12-18 лет														
Оладьи из безбелковой смеси	140	1,03	1,52	56,15	261,46		0,05		0,44	2,21	0,92	0,74	0,14	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб из безбелковой смеси	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Салат "Здоровье"	100	1,68	5,11	7,25	82,14	0,05	7,69	766,76	2,43	30,84	49,63	27,08	0,96	
Суп с мелкошинкованными овощами (без сметаны)	250	1,88	4,26	11,12	90,86	0,09	21,30	206,10	1,91	25,68	51,54	21,80	0,81	
Картофель запеченный	180	4,24	2,85	34,52	181,07	0,25	42,36	6,35	1,09	21,92	122,88	48,76	1,91	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Хлеб из безбелковой смеси	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		10,97	18,43	232,61	1133,75	0,60	85,40	985,71	7,65	120,69	253,35	118,54	9,60	178,56

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 января 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	
Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Плов из мяса птицы	170	14,46	20,36	35,59	382,93	0,10		234,32		21,18	172,74	39,97	1,43	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
Итого		19,55	23,33	49,60	486,31	0,22	2,80	258,26	0,52	132,68	273,28	58,91	2,44	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Салат из белокачанной капусты с яблоками (б/сах)	100	1,96	5,21	7,51	86,58	0,04	48,88			57,28		19,10	1,25	
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	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	50/50	10,37	5,71	2,93	105,40	0,09		458,15		36,76	167,16	45,48	0,83	
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 смеси сухофруктов (б/сах)	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		23,53	22,92	107,51	699,18	0,44	48,88	749,39	0,51	165,64	333,29	115,90	7,38	178,56

Начальник ОДП  Исламова Н.А.