















УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак</b>														
Рыба запеченная с овощами	35/35	7,33	4,41	2,48	79,31	0,06		250,69		28,68	116,00	29,39	0,50	
Каша рисовая вязкая с маслом	130/4	2,08	3,19	21,44	122,68	0,02		18,00	0,16	5,85	44,55	14,60	0,32	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		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	
<b>Итого</b>		<b>11,87</b>	<b>13,70</b>	<b>50,22</b>	<b>371,87</b>	<b>0,33</b>	<b>10,00</b>	<b>304,69</b>	<b>0,24</b>	<b>42,45</b>	<b>182,45</b>	<b>48,19</b>	<b>1,59</b>	<b>64,44</b>
<b>Обед</b>														
Суп пшеничный с мелкоопинованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,39</b>	<b>22,84</b>	<b>90,74</b>	<b>664,65</b>	<b>0,61</b>	<b>10,00</b>	<b>767,35</b>	<b>0,51</b>	<b>66,98</b>	<b>268,40</b>	<b>65,85</b>	<b>4,19</b>	<b>72,54</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



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



Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>14,35</b>	<b>15,42</b>	<b>74,64</b>	<b>500,28</b>	<b>0,22</b>	<b>4,00</b>	<b>350,89</b>	<b>0,28</b>	<b>61,79</b>	<b>220,62</b>	<b>62,82</b>	<b>4,54</b>	
<b>Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Суп пшенный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,39</b>	<b>22,84</b>	<b>91,02</b>	<b>665,55</b>	<b>0,46</b>		<b>767,35</b>	<b>0,51</b>	<b>67,28</b>	<b>268,40</b>	<b>65,85</b>	<b>4,22</b>	<b>151,86</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.







УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
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	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
<b>Итого</b>		<b>24,91</b>	<b>23,36</b>	<b>111,43</b>	<b>726,65</b>	<b>0,50</b>		<b>773,85</b>	<b>0,51</b>	<b>88,08</b>	<b>282,70</b>	<b>77,55</b>	<b>7,08</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Вак-беляш (м/с) кур.пф	100	10,77	11,33	28,28	257,73	0,12		46,25		31,25	106,53	19,87	1,17	
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	
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>14,13</b>	<b>14,69</b>	<b>49,04</b>	<b>386,83</b>	<b>0,16</b>	<b>0,60</b>	<b>48,25</b>		<b>156,95</b>	<b>110,93</b>	<b>37,47</b>	<b>2,18</b>	<b>151,86</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,39</b>	<b>22,84</b>	<b>90,74</b>	<b>664,65</b>	<b>0,61</b>	<b>10,00</b>	<b>767,35</b>	<b>0,51</b>	<b>66,98</b>	<b>268,40</b>	<b>65,85</b>	<b>4,19</b>	<b>72,54</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
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	
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>11,27</b>	<b>11,58</b>	<b>35,41</b>	<b>293,02</b>	<b>0,13</b>	<b>6,28</b>			<b>143,91</b>		<b>29,68</b>	<b>1,07</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа


В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	130/4	2,08	3,19	21,44	122,68	0,02		18,00	0,16	5,85	44,55	14,60	0,32	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
<b>Итого</b>		<b>13,90</b>	<b>16,44</b>	<b>60,97</b>	<b>418,78</b>	<b>0,27</b>		<b>361,89</b>	<b>0,86</b>	<b>71,96</b>	<b>240,62</b>	<b>74,79</b>	<b>4,82</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах)	60	1,38	3,08	4,01	50,15	0,03		242,03		37,99	27,68	15,54	0,51	
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,77	3,16	10,37	77,39	0,07		170,37		13,78	41,46	16,20	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50		16,80	109,06	13,50	0,63	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
<b>Итого</b>		<b>21,09</b>	<b>25,35</b>	<b>56,11</b>	<b>536,25</b>	<b>0,36</b>		<b>1 009,38</b>	<b>0,60</b>	<b>101,63</b>	<b>344,96</b>	<b>84,13</b>	<b>3,85</b>	<b>151,86</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак 12-18 лет СВО</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>15,98</b>	<b>17,88</b>	<b>54,16</b>	<b>442,38</b>	<b>0,35</b>	<b>10,00</b>	<b>374,69</b>	<b>0,08</b>	<b>147,49</b>	<b>266,62</b>	<b>60,32</b>	<b>1,78</b>	<b>77,47</b>
<b>Обед 12-18 лет СВО</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>27,74</b>	<b>25,68</b>	<b>120,03</b>	<b>820,65</b>	<b>0,55</b>		<b>866,33</b>	<b>0,51</b>	<b>92,70</b>	<b>312,94</b>	<b>84,56</b>	<b>7,28</b>	<b>88,61</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.








Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>15,98</b>	<b>17,88</b>	<b>54,16</b>	<b>442,38</b>	<b>0,35</b>	<b>10,00</b>	<b>374,69</b>	<b>0,08</b>	<b>147,49</b>	<b>266,62</b>	<b>60,32</b>	<b>1,78</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>27,74</b>	<b>25,68</b>	<b>120,03</b>	<b>820,65</b>	<b>0,55</b>		<b>866,33</b>	<b>0,51</b>	<b>92,70</b>	<b>312,94</b>	<b>84,56</b>	<b>7,28</b>	<b>89,45</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.





Школьное меню для организации питания обучающихся.

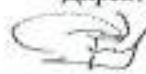
18 января 2023 г.

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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>17,80</b>	<b>19,63</b>	<b>80,17</b>	<b>574,50</b>	<b>0,26</b>	<b>4,00</b>	<b>383,69</b>	<b>0,90</b>	<b>164,27</b>	<b>287,72</b>	<b>69,72</b>	<b>4,86</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Суп пшеничный с мелкопшинкованными овощами со сметаной	250/10	2,30	4,50	13,04	102,39	0,09		215,98		20,47	53,88	20,49	0,68	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
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	
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	
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>28,99</b>	<b>26,15</b>	<b>111,47</b>	<b>795,15</b>	<b>0,59</b>		<b>865,68</b>	<b>1,28</b>	<b>82,80</b>	<b>322,29</b>	<b>79,81</b>	<b>5,20</b>	<b>181,89</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.








## Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Филе грудки отварное (на суп)	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, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
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	
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	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Итого		34,88	31,81	121,95	884,29	0,59	1,00	881,95	0,63	102,18	375,91	93,09	8,03	
<b>подник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Вак-беляш (м/с) кур.пф	100	10,77	11,33	28,28	257,73	0,12		46,25		31,25	106,53	19,87	1,17	
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	
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		14,13	14,69	49,04	386,83	0,16	0,60	48,25		156,95	110,93	37,47	2,18	181,89

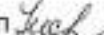
Начальник ОДП  Исламова Н.А.



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак СОП 11-18 лет</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		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	
<b>Итого</b>		<b>13,35</b>	<b>15,22</b>	<b>54,16</b>	<b>407,38</b>	<b>0,35</b>	<b>10,00</b>	<b>350,89</b>	<b>0,08</b>	<b>47,49</b>	<b>206,62</b>	<b>54,82</b>	<b>1,71</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед СОП 11-18 лет</b>														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
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	
<b>Итого</b>		<b>25,27</b>	<b>23,91</b>	<b>112,35</b>	<b>764,05</b>	<b>0,52</b>		<b>813,61</b>	<b>0,51</b>	<b>88,77</b>	<b>290,97</b>	<b>80,49</b>	<b>6,99</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	50/50	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	165,35	41,92	0,70	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай (б/сах)	200													
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
<b>Итого</b>		<b>19,34</b>	<b>20,89</b>	<b>67,52</b>	<b>507,25</b>	<b>0,32</b>		<b>463,50</b>	<b>0,78</b>	<b>182,07</b>	<b>346,10</b>	<b>92,75</b>	<b>5,22</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах)	60	1,38	3,08	4,01	50,15	0,03		242,03		37,99	27,68	15,54	0,51	
Суп пшеничный с мелкопорезанными овощами со сметаной	250/10	2,30	4,50	13,04	102,39	0,09		215,98		20,47	53,88	20,49	0,68	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50		16,80	109,06	13,50	0,63	
Чай (б/сах)	200													
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>23,34</b>	<b>28,38</b>	<b>61,36</b>	<b>593,36</b>	<b>0,41</b>		<b>1 107,71</b>	<b>0,68</b>	<b>110,97</b>	<b>376,72</b>	<b>92,86</b>	<b>4,25</b>	<b>181,89</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

