



ЗАВТРАК  
12-18 лет (родительская)









УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
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	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Итого		22,63	28,85	41,96	521,47	0,37	11,14	316,36	1,65	379,40	316,06	43,26	3,29	106,00
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	8,47	4,94	36,52	224,45	0,35		261,90		37,15	106,41	39,68	2,77	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	11,92	14,90	25,82	284,83	0,21		31,53		26,24	159,19	42,81	1,98	
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	
Яблоко	1шт	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Итого		26,58	21,68	138,31	825,40	0,84		301,93	0,51	106,91	342,80	115,67	10,27	113,36

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
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	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Мандарины	1шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
<b>Итого</b>		<b>23,11</b>	<b>28,97</b>	<b>46,46</b>	<b>544,27</b>	<b>0,41</b>	<b>33,94</b>	<b>316,36</b>	<b>1,65</b>	<b>400,40</b>	<b>316,06</b>	<b>49,86</b>	<b>3,35</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	8,47	4,94	36,52	224,45	0,35		261,90		37,15	106,41	39,68	2,77	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	11,92	14,90	25,82	284,83	0,21		31,53		26,24	159,19	42,81	1,98	
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	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	1шт	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
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>33,97</b>	<b>27,41</b>	<b>149,86</b>	<b>957,62</b>	<b>0,89</b>	<b>5,00</b>	<b>317,05</b>	<b>0,83</b>	<b>127,47</b>	<b>418,67</b>	<b>130,22</b>	<b>13,50</b>	<b>283,56</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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 картофельный с горохом и гречками	200/15	6,78	3,96	29,22	179,56	0,28		209,52		30,09	85,12	31,77	2,22	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	11,92	14,90	25,82	284,83	0,21		31,53		26,24	159,19	42,81	1,98	
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	
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	
Яблоко	2шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Пюре ФрутоНяня	1													
<b>Итого</b>		<b>32,76</b>	<b>26,91</b>	<b>146,65</b>	<b>969,13</b>	<b>0,86</b>	<b>30,00</b>	<b>258,17</b>	<b>0,83</b>	<b>139,61</b>	<b>383,08</b>	<b>133,11</b>	<b>15,59</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Плошка 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	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
Мандарины	1шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Пралики	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
<b>Итого</b>		<b>9,86</b>	<b>7,37</b>	<b>95,38</b>	<b>489,84</b>	<b>0,48</b>	<b>42,99</b>	<b>41,02</b>	<b>1,36</b>	<b>52,07</b>	<b>78,71</b>	<b>21,22</b>	<b>1,22</b>	<b>283,56</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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 картофельный с горохом и гречками	200/15	6,78	3,96	29,22	179,56	0,28		209,52		30,09	85,12	31,77	2,22	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	180	10,82	13,55	23,20	257,78	0,19		28,56		23,85	143,92	38,58	1,79	
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	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
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>22,96</b>	<b>18,32</b>	<b>101,73</b>	<b>661,44</b>	<b>0,72</b>		<b>240,08</b>	<b>0,51</b>	<b>76,34</b>	<b>295,19</b>	<b>91,45</b>	<b>6,70</b>	<b>67,12</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
Плюшка 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	
Яблоко	1шт	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>4,81</b>	<b>3,83</b>	<b>57,97</b>	<b>285,39</b>	<b>0,11</b>	<b>0,05</b>	<b>26,51</b>	<b>0,68</b>	<b>34,37</b>	<b>52,51</b>	<b>17,56</b>	<b>3,20</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП Исламова Н.А.







УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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>														
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,20	2,46	267,78	0,09	0,62	312,99	1,78	289,10	338,60	27,66	2,68	
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
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	
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	
Яблоко	2шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
<b>Итого</b>		<b>25,87</b>	<b>32,01</b>	<b>47,90</b>	<b>592,76</b>	<b>0,34</b>	<b>29,02</b>	<b>358,13</b>	<b>2,49</b>	<b>463,45</b>	<b>388,64</b>	<b>79,70</b>	<b>9,39</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Суп гороховый (сах.диабет)	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,20	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	11,92	14,90	25,82	284,83	0,21		31,53		26,24	159,19	42,81	1,98	
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	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Мандарины	2шт					0,11				63,00		19,80	0,18	
<b>Итого</b>		<b>31,26</b>	<b>26,17</b>	<b>68,27</b>	<b>632,93</b>	<b>0,87</b>	<b>9,20</b>	<b>649,39</b>	<b>2,92</b>	<b>170,43</b>	<b>386,82</b>	<b>136,72</b>	<b>7,69</b>	<b>283,56</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 г.

Присм 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, СОП, СВО)</b>														
Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08	0,07	0,50	250,30	1,42	230,92	270,64	22,10	2,14	
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	
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		20,63	25,45	33,05	446,86	0,20	1,10	286,30	1,50	358,14	292,54	40,30	3,04	72,21
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, СОП, СВО)</b>														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,67	4,97	37,90	230,95	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	220	13,04	16,27	28,35	311,71	0,23		34,46		30,82	174,38	47,08	2,19	
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		26,67	22,00	117,80	773,71	0,82		298,36	0,51	95,54	345,31	107,84	7,65	82,54

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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 ММС</b>														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
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	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Мандарины	1шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Яблоко	1шт	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
<b>Итого</b>		<b>23,63</b>	<b>29,49</b>	<b>66,87</b>	<b>605,37</b>	<b>0,45</b>	<b>33,94</b>	<b>322,86</b>	<b>1,65</b>	<b>421,20</b>	<b>330,36</b>	<b>61,56</b>	<b>6,21</b>	<b>147,29</b>
<b>Обед 12-18 лет ММС</b>														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,67	4,97	37,90	230,95	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88	
Филе грудки отварное	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 из мяса птицы	220	13,04	16,27	28,35	311,71	0,23		34,46		30,82	174,38	47,08	2,19	
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	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Яблоко	1шт	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
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>37,56</b>	<b>29,53</b>	<b>176,29</b>	<b>1123,37</b>	<b>1,01</b>	<b>5,00</b>	<b>319,48</b>	<b>1,60</b>	<b>142,84</b>	<b>453,88</b>	<b>140,95</b>	<b>14,27</b>	<b>157,62</b>

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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>														
Омлет запеченный с сыром	140	17,47	18,91	2,30	250,40	0,08	0,58	292,09	1,69	269,42	315,80	25,79	2,50	
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	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	
Пряники	1шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Мандарины	1шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
<b>Итого</b>		<b>25,14</b>	<b>30,44</b>	<b>52,13</b>	<b>588,22</b>	<b>0,45</b>	<b>33,98</b>	<b>337,09</b>	<b>2,39</b>	<b>421,14</b>	<b>344,80</b>	<b>53,07</b>	<b>3,78</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,67	4,97	37,90	230,95	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	220	13,04	16,27	28,35	311,71	0,23		34,46		30,82	174,38	47,08	2,19	
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	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	
Яблоко	1шт	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
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>36,89</b>	<b>29,01</b>	<b>163,87</b>	<b>1039,00</b>	<b>1,00</b>	<b>5,00</b>	<b>319,98</b>	<b>1,60</b>	<b>142,97</b>	<b>454,98</b>	<b>140,77</b>	<b>14,37</b>	<b>293,46</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





ДИРЕКТОРА

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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 картофельный с горохом и гречками	250/20	8,67	4,97	37,90	230,95	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы*	250	14,23	17,91	29,52	336,15	0,26	37,92	39,41	3,98	35,08	189,34	53,58	2,49	
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	
Яблоко	1шт	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
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	
Пюре ФрутоНяня	1													
Итого		38,08	30,65	170,03	1083,39	1,03	42,92	324,93	5,58	147,38	469,94	147,27	14,69	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Плошка 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	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
Мандарины	1шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Пряники	2шт													
Итого		9,15	6,81	86,38	445,92	0,47	42,99	41,02	1,36	50,75	78,71	20,14	1,12	293,46

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 декабря 2022 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>														
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,20	2,46	267,78	0,09	0,62	312,99	1,78	289,10	338,60	27,66	2,68	
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
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	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Яблоко	250	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
<b>Итого</b>		<b>26,27</b>	<b>32,06</b>	<b>50,20</b>	<b>603,76</b>	<b>0,36</b>	<b>29,02</b>	<b>358,13</b>	<b>2,57</b>	<b>464,90</b>	<b>395,14</b>	<b>81,80</b>	<b>9,54</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Суп гороховый (сах.диабет)	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,20	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Филе грудки отварное	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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	220	13,04	16,27	28,35	311,71	0,23		34,46		30,82	174,38	47,08	2,19	
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	
Мандарины	250					0,15				87,50		27,50	0,25	
<b>Итого</b>		<b>32,78</b>	<b>27,59</b>	<b>73,10</b>	<b>670,81</b>	<b>0,95</b>	<b>9,20</b>	<b>652,32</b>	<b>3,00</b>	<b>200,96</b>	<b>408,51</b>	<b>150,79</b>	<b>8,12</b>	<b>293,46</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

