

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор *Т.А. Тараева Э.Х.*

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

10 августа 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 ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	24,15	148,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром ; 285	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;	50	4,00	0,50	27,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Яблоко ; 11,29	150	0,60	0,60	23,55	102,00	0,05		7,50		24,00	16,50	13,50	3,30	
<b>Итого</b>		<b>19,58</b>	<b>20,19</b>	<b>88,41</b>	<b>615,60</b>	<b>0,45</b>	<b>2,80</b>	<b>393,46</b>	<b>0,11</b>	<b>216,85</b>	<b>343,56</b>	<b>93,60</b>	<b>6,49</b>	
<b>Обед</b>														
Салат из свежих помидоров ; 13,07	100	1,13	5,19	5,17	73,66	0,06		94,43		21,37	33,06	17,92	0,87	
Щи из свежей капусты со сметаной ; 53,08	255	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56	90	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 302	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов; 293,03	200	0,44	0,09	22,94	88,70					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,1	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 ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Шанежка наливная ; 434,06	75	5,87	5,36	35,14	212,53	0,09	0,08	36,73	0,91	29,91	57,95	9,68	0,70	
<b>Итого</b>		<b>26,35</b>	<b>32,21</b>	<b>129,77</b>	<b>910,31</b>	<b>0,60</b>	<b>0,08</b>	<b>407,16</b>	<b>1,42</b>	<b>122,16</b>	<b>314,72</b>	<b>142,95</b>	<b>6,68</b>	<b>203,00</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*