

Согласовано:

Директор МБОУ «Лицей №107»

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

О.В. Фахриева

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

25 марта 2022 г

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,85	6,72	25,35	185,91	0,1	1,01	39,92	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65	
Масло сливочное	10	0,98	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	21,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,58	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		13,57	20,18	59,93	479,01	0,40	11,68	109,78	0,81	330,55	209,9	53,56	1,72	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,98	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	162,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	160/5	6,2	4,35	39,55	222,33	0,1		22,5	0,59	16,52	50,22	9,25	0,94	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	65	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		25,98	23,40	121,71	766,77	0,95	33,94	349	6,10	97,96	305,54	78,80	6,32	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.