

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

*В.В. Рахриев*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

*В.К. Смирнов*

Школьное меню для организации питания обучающихся

28 января 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	
Омлет натуральный	130	10,36	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,46	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
<b>Итого</b>		<b>18,59</b>	<b>13,77</b>	<b>32,72</b>	<b>331,84</b>	<b>0,24</b>	<b>2,63</b>	<b>390,50</b>	<b>3,24</b>	<b>243,31</b>	<b>191,0</b>	<b>46,07</b>	<b>1,43</b>	<b>74,70</b>

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	0,26	11,65	251,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	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	0,89	16,52	50,22	9,25	0,94	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>26,88</b>	<b>21,40</b>	<b>121,71</b>	<b>766,77</b>	<b>0,95</b>	<b>33,94</b>	<b>340</b>	<b>6,10</b>	<b>97,96</b>	<b>305,54</b>	<b>78,80</b>	<b>6,32</b>	<b>82,06</b>

Начальник ОДП

*Исламова Н.А.*