

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

Старикова М.Т.

И.П. Круглый



Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 декабря 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса порции,<br>(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>          |                        |                      |              |               |                                |               |   |         |             |                           |               |              |             |               |
| Каша пшеничная молочная вязкая с маслом; 470,03                 | 134                    | 5,58                 | 5,97         | 27,89         | 188,20                         | 0,16          |   |         |             | 87,29                     | 133,09        | 35,87        | 0,98        |               |
| Сыр (порциями) ; 27,01  | 10                     | 2,63                 | 2,66         |               | 35,00                          |               |   |         |             | 100,00                    | 60,00         | 5,50         | 0,07        |               |
| Масло сливочное ; 401,08  | 8                      | 0,06                 | 5,80         | 0,10          | 52,88                          |               |   |         | 0,08        | 1,92                      | 2,40          |              | 0,02        |               |
| Чай с лимоном и сахаром ; 285,05                                | 207                    |                      |              | 9,98          | 39,90                          |               |   |         |             | 3,10                      | 1,54          | 0,84         | 0,07        |               |
| 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        |               |
| Мандарины; 140,5  | 80                     | 0,64                 | 0,16         | 6,00          | 30,40                          | 0,05          |   |         |             | 28,00                     |               | 8,80         | 0,08        |               |
| Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01             | 100                    | 3,20                 | 3,20         | 9,10          | 78,00                          | 0,03          |   |         |             | 119,00                    |               | 14,00        | 0,10        |               |
| <b>Итого</b>  |                        | <b>14,51</b>         | <b>18,09</b> | <b>69,57</b>  | <b>502,38</b>                  | <b>0,34</b>   |   |         | <b>0,08</b> | <b>345,31</b>             | <b>216,53</b> | <b>69,21</b> | <b>2,07</b> | <b>104,69</b> |
| <b>Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>             |                        |                      |              |               |                                |               |   |         |             |                           |               |              |             |               |
| Суп-лапша ; 66,88   | 250                    | 7,61                 | 3,34         | 44,10         | 237,43                         | 0,08          |   |         |             | 10,14                     | 25,90         | 11,06        | 0,71        |               |
| Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе ЦБ); 684,55             | 160                    | 10,25                | 12,52        | 20,65         | 236,05                         | 0,17          |   |         |             | 22,19                     | 124,41        | 33,98        | 1,57        |               |
| Чай с сахаром; 283  | 200                    |                      |              | 9,98          | 39,90                          |               |   |         |             | 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          |   |         |             | 8,70                      | 39,00         | 12,60        | 0,90        |               |
| Яблоко ; 38,85  | 110                    | 0,44                 | 0,44         | 17,27         | 74,80                          | 0,03          |   |         |             | 17,60                     | 12,10         | 9,90         | 2,42        |               |
| <b>Итого</b>  |                        | <b>23,10</b>         | <b>16,90</b> | <b>122,30</b> | <b>732,18</b>                  | <b>0,50</b>   |   |         |             | <b>64,93</b>              | <b>220,91</b> | <b>71,74</b> | <b>6,38</b> | <b>115,51</b> |

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.