

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

И.П. Крутикий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

10 сентября 2024 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 | |
| Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет) | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом ; 181,7 | 150 | 6,01 | 7,13 | 26,17 | 193,40 | 0,17 | | 33,40 | | 104,69 | 169,49 | 51,39 | 1,27 | |
| Сыр (порциями) ; 27,01 | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35,00 | | | 23,80 | | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 | |
| Масло сливочное ; 401,08 | 8 | 0,06 | 5,80 | 0,10 | 52,88 | | | 36,00 | 0,08 | 1,92 | 2,40 | | 0,02 | |
| Чай витаминизированный ; 732,11 | 200 | | | 9,80 | 39,40 | 0,15 | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27 | 35 | 2,80 | 0,35 | 19,25 | 91,00 | 0,12 | | | | 7,00 | 22,75 | 4,90 | 0,88 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01 | 100 | 3,20 | 3,20 | 9,10 | 78,00 | 0,03 | | | | 119,00 | | 14,00 | 0,10 | |
| Итого | | 14,70 | 19,14 | 64,42 | 489,68 | 0,47 | | 93,20 | 0,08 | 332,61 | 254,64 | 75,79 | 2,34 | 90,31 |
| Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет) | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками ; 129,08 | 215 | 6,98 | 3,96 | 29,82 | 182,84 | 0,28 | | 209,52 | | 30,09 | 85,12 | 31,77 | 2,22 | |
| Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного; 684,18 | 160 | 10,07 | 12,18 | 19,73 | 228,52 | 0,16 | | 23,80 | | 20,18 | 119,93 | 32,17 | 1,49 | |
| Чай с сахаром; 283 | 200 | | | 9,98 | 39,90 | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27 | 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 ; 1,2 | 30 | 2,40 | 0,30 | 13,80 | 66,00 | 0,12 | | | | 8,70 | 39,00 | 12,60 | 0,90 | |
| Сок фруктовый; 86,29 | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 23,25 | 16,99 | 112,78 | 700,26 | 0,70 | 4,00 | 233,32 | 0,20 | 80,27 | 280,80 | 89,44 | 8,32 | 101,13 |

Начальник ДАДП Школа - Исламова И.А.