

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДПП ГО г.Уфа

Школьное меню для организации питания обучающихся.

04 июня 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		
<b>Завтрак</b>															
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом ; 470,72	155	6,44	7,17	32,13	219,46	0,19		39,47			100,60	153,68	41,37	1,13	
Яйцо отварное; 7,24	54	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40			29,70	103,68	6,48	1,35	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00			0,02	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15									
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14				0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
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		19,78	24,23	73,54	591,74	0,55		224,87	0,70	259,70	286,36	67,45	3,60		
<b>Обед</b>															
Огурцы свежие ; 503,07	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20	1,80	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30		
Суп картофельный с горохом и гречками ; 129,14	270	8,67	4,97	37,90	230,96	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88		
Рагу овощное с мясом птицы (филе); 118,55	200	14,42	17,91	16,19	283,95	0,16		697,34		47,36	168,49	45,15	1,94		
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00			0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14				0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16				0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Итого		30,91	23,94	115,83	805,51	0,86	8,20	961,04	1,54	134,33	386,52	124,31	10,12	217,82	