

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

04 декабря 2023 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 (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95	0,01		45,00		5,76	5,39	2,88	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 175,11	134	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65		10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
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	
Кекс; 583,45	28	0,50	1,70	5,20	34,70									
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>18,21</b>	<b>17,12</b>	<b>77,93</b>	<b>535,59</b>	<b>0,43</b>		<b>68,65</b>		<b>37,80</b>	<b>133,94</b>	<b>81,23</b>	<b>5,31</b>	<b>102,05</b>
<b>Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Суп картофельный с клецками ; 450,26	200	1,53	2,67	14,98	90,28	0,06		163,02		12,79	35,78	14,04	0,55	
Рыба запеченная с овощами ; 591,18	90	8,57	6,77	3,61	110,24	0,07		364,26		35,96	137,19	35,50	0,61	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,05	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,13	45	3,60	0,45	20,70	99,00	0,18			0,77	13,05	58,50	18,90	1,35	
Пряники ; 16 551,07	30	0,39	0,31	5,00	24,40	0,01				0,73		0,60	0,05	
Мандарины ; 140,49	70	0,56	0,14	9,75	44,60	0,04	26,60			24,50		7,70	0,07	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>24,99</b>	<b>15,71</b>	<b>141,37</b>	<b>807,41</b>	<b>0,78</b>	<b>26,60</b>	<b>554,78</b>	<b>1,45</b>	<b>127,62</b>	<b>318,90</b>	<b>100,70</b>	<b>6,84</b>	<b>109,14</b>

ддп *Исламова*

Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

04 декабря 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,64	100	10,84	11,35	12,35	195,58	0,01		60,00		7,45	6,41	3,69	0,18	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 302,02	154	4,76	4,14	21,46	141,94	0,16		18,75	0,34	11,40	112,95	75,18	2,54	
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	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>16,27</b>	<b>79,13</b>	<b>537,02</b>	<b>0,31</b>		<b>84,75</b>	<b>0,34</b>	<b>44,35</b>	<b>152,06</b>	<b>93,87</b>	<b>6,14</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
Суп картофельный с клецками ; 450,27	250	1,92	3,37	12,64	88,78	0,08		203,84		14,06	44,75	17,44	0,68	
Рыба запеченная с овощами ; 591,11	100	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	165,35	41,92	0,70	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
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	
Хлеб ржано-пшеничный для детского пит ания ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>25,73</b>	<b>14,68</b>	<b>110,93</b>	<b>677,62</b>	<b>0,73</b>		<b>592,04</b>	<b>1,28</b>	<b>92,44</b>	<b>344,41</b>	<b>92,15</b>	<b>4,64</b>	<b>89,45</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

УТВЕРЖДАЮ



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУЗ «ЦСБТ» г.Уфа  
С.К. Салиева

Объемы меню для организации питания обучающихся

на период 2021 г.

Диагностика, характеристика пищи	Масса сырья, г (шт.)	Питательная ценность (ккал)				Витаминный состав				Минеральный состав (мг)				Дневн
		Б	Ж	У	С	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	К	
<b>Завтрак 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														
Каша овсяная, вареная с маслом сливочным 240 г	100	10,2	5,3	12,5	167,4	0,21	0,30	0,07	0,01	1,07	0,41	1,07	0,19	
Каша гречневая вареная 210 г	100	14,3	4,9	15,4	147,4	0,14	0,17	0,24	0,01	11,40	12,00	11,00	2,34	
Чай с сахаром 100 г	100			4,4	19,30					0,50			0,10	
Сыр 100 г	100	18,0	10,0	16,0	202,0	0,10	0,10	0,10	0,10	10,00	10,00	10,00	1,00	
Молоко 1,6%	100	10,0	3,6	4,8	60,0	0,08	0,08	0,08	0,08	10,00	10,00	10,00	1,00	
<b>Итого 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														
<b>Обед 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														
Суп овощной с картофелем 400 г	100	1,0	1,0	1,0	30,0	0,01	0,01	0,01	0,01	1,00	1,00	1,00	0,10	
Суп мясной с макаронами 200 г	100	10,0	5,0	10,0	150,0	0,10	0,10	0,10	0,10	10,00	10,00	10,00	1,00	
Салат овощной 100 г	100	1,0	1,0	1,0	30,0	0,01	0,01	0,01	0,01	1,00	1,00	1,00	0,10	
Сыр 100 г	100	18,0	10,0	16,0	202,0	0,10	0,10	0,10	0,10	10,00	10,00	10,00	1,00	
Молоко 1,6%	100	10,0	3,6	4,8	60,0	0,08	0,08	0,08	0,08	10,00	10,00	10,00	1,00	
<b>Итого 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														
<b>Ужин 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														
Макаронный салат 100 г	100	10,0	5,0	10,0	150,0	0,10	0,10	0,10	0,10	10,00	10,00	10,00	1,00	
Сыр 100 г	100	18,0	10,0	16,0	202,0	0,10	0,10	0,10	0,10	10,00	10,00	10,00	1,00	
Молоко 1,6%	100	10,0	3,6	4,8	60,0	0,08	0,08	0,08	0,08	10,00	10,00	10,00	1,00	
<b>Итого 12-18 лет (среднестатистический человек, норма)</b>														

