

СОГЛАСОВАНО


УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

06 ноября 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 ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>														
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,97	70	10,81	14,02	2,65	179,52	0,05				13,33	83,62	11,68	0,78	
Каша гречневая вязкая с маслом; 175,39	165	5,08	4,95	22,91	156,25	0,17				11,04	120,70	80,11	2,70	
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	
Кекс; 583,45	28	0,50	1,70	5,20	34,70									
<b>Итого</b>		<b>18,79</b>	<b>20,97</b>	<b>57,24</b>	<b>488,37</b>	<b>0,32</b>				<b>33,47</b>	<b>225,36</b>	<b>96,83</b>	<b>4,30</b>	<b>90,31</b>
<b>Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>														
Щи из свежей капусты с сметаной ; 53,39	205	1,64	4,15	7,57	74,96	0,05				33,58	38,47	16,71	0,61	
Плов из мяса птицы; 131,01	150	14,33	19,29	31,36	356,62	0,09				18,68	152,33	35,24	1,26	
Чай витаминизированный ; 282,11	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	
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>21,61</b>	<b>24,53</b>	<b>99,05</b>	<b>702,78</b>	<b>0,56</b>				<b>85,56</b>	<b>264,65</b>	<b>79,35</b>	<b>6,07</b>	<b>101,13</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

06 ноября 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 12-18 лет (родительская плата,) 3-СОП</b>														
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,97	70	10,81	14,02	2,65	179,52	0,05				13,33	83,62	11,68	0,78	
Каша гречневая вязкая с маслом; 175,39	165	5,08	4,95	22,91	156,25	0,17				11,04	120,70	80,11	2,70	
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	
Кекс; 583,45	28	0,50	1,70	5,20	34,70									
<b>Итого</b>		<b>18,85</b>	<b>26,77</b>	<b>57,34</b>	<b>541,25</b>	<b>0,32</b>			<b>0,08</b>	<b>35,39</b>	<b>227,76</b>	<b>96,83</b>	<b>4,32</b>	<b>81,36</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата,) 0-СОП</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной; 53,08	255	2,02	5,01	9,42	91,67	0,06				40,88	47,33	20,77	0,76	
Плов из мяса птицы ; 131,94	180	15,87	22,26	39,07	420,54	0,10				21,52	175,26	42,19	1,45	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>22,69</b>	<b>27,87</b>	<b>88,59</b>	<b>695,61</b>	<b>0,53</b>				<b>77,10</b>	<b>281,09</b>	<b>79,76</b>	<b>3,86</b>	<b>93,10</b>

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.





Ученый секретарь  
Директор НИИ ПИИ ТПО «ФБ»  
В.П. Крылов

Штатное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2024 г.

Сорт хлеба	Масса хлеба (г)	Штатное меню (г)			Витаминизация	Минеральный состав (мг)							Сорт			
		В	К	Х		Ca	P	Mg	Fe	Zn	Cu	Mn				
<b>Вариант 12-18 лет (среднестатистический состав)</b>																
Суп из овощей (суп)	70	0,34	1,12	2,83	176,32	0,03							13,11	13,57	11,68	0,18
Хлеб пшеничный белый	100	1,04	4,93	22,81	126,23	0,17							11,84	126,79	85,11	2,39
Масло сливочное	8	0,06	0,80	0,32	92,84								0,28	1,92	1,80	0,02
Сыр с зеленью и специями	200			0,08	19,00								2,18	1,14	4,64	0,22
Вит. минеральный комплексный (для школьников)	10	1,00	0,30	0,30	7,00	0,10							4,00	14,00	4,00	2,51
Суп из овощей (суп)	70	0,34	1,12	2,83	176,32	0,03							13,11	13,57	11,68	0,18
Хлеб пшеничный белый	100	1,04	4,93	22,81	126,23	0,17							11,84	126,79	85,11	2,39
Масло сливочное	8	0,06	0,80	0,32	92,84								0,28	1,92	1,80	0,02
Сыр с зеленью и специями	200			0,08	19,00								2,18	1,14	4,64	0,22
Вит. минеральный комплексный (для школьников)	10	1,00	0,30	0,30	7,00	0,10							4,00	14,00	4,00	2,51
Суп из овощей (суп)	70	0,34	1,12	2,83	176,32	0,03							13,11	13,57	11,68	0,18
Хлеб пшеничный белый	100	1,04	4,93	22,81	126,23	0,17							11,84	126,79	85,11	2,39
Масло сливочное	8	0,06	0,80	0,32	92,84								0,28	1,92	1,80	0,02
Сыр с зеленью и специями	200			0,08	19,00								2,18	1,14	4,64	0,22
Вит. минеральный комплексный (для школьников)	10	1,00	0,30	0,30	7,00	0,10							4,00	14,00	4,00	2,51
Суп из овощей (суп)	70	0,34	1,12	2,83	176,32	0,03							13,11	13,57	11,68	0,18
Хлеб пшеничный белый	100	1,04	4,93	22,81	126,23	0,17							11,84	126,79	85,11	2,39
Масло сливочное	8	0,06	0,80	0,32	92,84								0,28	1,92	1,80	0,02
Сыр с зеленью и специями	200			0,08	19,00								2,18	1,14	4,64	0,22
Вит. минеральный комплексный (для школьников)	10	1,00	0,30	0,30	7,00	0,10							4,00	14,00	4,00	2,51
Суп из овощей (суп)	70	0,34	1,12	2,83	176,32	0,03							13,11	13,57	11,68	0,18
Хлеб пшеничный белый	100	1,04	4,93	22,81	126,23	0,17							11,84	126,79	85,11	2,39
Масло сливочное	8	0,06	0,80	0,32	92,84								0,28	1,92	1,80	0,02
Сыр с зеленью и специями	200			0,08	19,00								2,18	1,14	4,64	0,22
Вит. минеральный комплексный (для школьников)	10	1,00	0,30	0,30	7,00	0,10							4,00	14,00	4,00	2,51

