

СОГЛАСОВАНО


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

10 октября 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)														
Пудинг творожный со сгущенным молоком ; 227,96	150	24,06	11,54	26,89	311,83	0,09		80,80		259,89	305,06	35,78	0,85	
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	
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	
Итого		27,46	12,04	73,57	521,73	0,21	4,00	80,80	0,20	280,19	338,56	47,98	4,43	90,31
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Суп с макаронными изделиями ; 66,91	200	2,62	2,52	17,60	103,73	0,09		161,80		14,00	50,84	19,35	0,80	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,25	90	9,40	10,38	7,74	162,42	0,01		39,00		2,41	5,26	2,59	0,12	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Компот из смеси сухофруктов; 293,03	200	0,44	0,09	23,14	89,90					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	
Итого		21,45	17,68	112,68	689,37	0,50		225,43		77,00	214,60	72,41	3,94	101,13

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



Датум: 08.08.2024

В.П. Кравец

© Белорусский государственный институт питания

03 августа 2024

Продукт (наименование)	Масса (г)	Витаминный состав (мг)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральный состав (мг)				Среднее
		А	В	С	Е		Са	К	Мg	Р	
Витаминный состав (среднее значение на 100 г)											
Пшеница (мягкая)	100	1.5	0.3	0.1	0.1	341	1.0	0.1	0.1	0.1	11.0
Мука пшеничная	100	1.5	0.3	0.1	0.1	341	1.0	0.1	0.1	0.1	11.0
Сливочное масло	100	0.0	0.0	0.0	0.0	884	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Яйцо куриное	100	0.0	0.0	0.0	0.0	157	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сыр (твердый)	100	0.0	0.0	0.0	0.0	250	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сметана	100	0.0	0.0	0.0	0.0	200	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сахар-песок	100	0.0	0.0	0.0	0.0	387	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Соль	100	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Минеральный состав (среднее значение на 100 г)											
Пшеница (мягкая)	100	13.0	1.0	0.1	0.1	341	1.0	0.1	0.1	0.1	11.0
Мука пшеничная	100	13.0	1.0	0.1	0.1	341	1.0	0.1	0.1	0.1	11.0
Сливочное масло	100	0.0	0.0	0.0	0.0	884	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Яйцо куриное	100	0.0	0.0	0.0	0.0	157	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сыр (твердый)	100	0.0	0.0	0.0	0.0	250	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сметана	100	0.0	0.0	0.0	0.0	200	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Сахар-песок	100	0.0	0.0	0.0	0.0	387	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Соль	100	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Энергетическая ценность (среднее значение на 100 г)											
Пшеница (мягкая)	100	110	35	1.1	0.3	341	110	35	1.1	0.3	341
Мука пшеничная	100	110	35	1.1	0.3	341	110	35	1.1	0.3	341
Сливочное масло	100	884	0	0	0	884	884	0	0	0	884
Яйцо куриное	100	157	11	0.4	0.1	157	157	11	0.4	0.1	157
Сыр (твердый)	100	250	28	0.1	0.1	250	250	28	0.1	0.1	250
Сметана	100	200	11	0.1	0.1	200	200	11	0.1	0.1	200
Сахар-песок	100	387	0	0	0	387	387	0	0	0	387
Соль	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

10 октября 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 12-18 лет (родительская плата,) З-СОП														
Пудинг творожный со сгущенным молоком ; 227,96	150	24,06	11,54	26,89	311,83	0,09		80,80		259,89	305,06	35,78	0,85	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,30					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	
Итого		26,46	11,84	53,37	429,73	0,19		80,80		266,19	324,56	39,98	1,63	81,36
Обед 12-18 лет (родительская плата,) О-СОП														
Суп с макаронными изделиями ; 66,09	250	3,27	3,15	22,50	130,89	0,12		202,25		18,88	63,55	24,27	1,01	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,81	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Компот из смеси сухофруктов; 293,03	200	0,44	0,09	23,14	89,90					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	
Итого		21,76	18,71	115,09	708,93	0,51		278,88		81,56	225,25	77,39	4,05	93,10

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДЦПГО г.Уфа
 И.П. Крутий

Щемяные меню для организации питания обучающихся

10 октября 2024 г.

Пример меню, наименование блюда	Масса сырья, г (шт.)	Плотность продукта (г/л)				Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный (мг)				Минеральный состав (мг)				Цена			
		Б	Ж	У	В		В1	С	А (Ретинол)	Е	Са	Р	Мg	К				
Возраст 12-18 лет (рекомендованная норма) 4-СОР																		
Пшеничный хлеб высшего сорта	150	52,00	3,54	26,85	311,83	0,39				80,80				259,80	105,00	32,75	0,83	
Чай с сахаром	200				9,98	35,20								0,30			0,03	
Упаб. плодово-ягодный напиток	50	2,40	0,10	18,50	74,09	0,10								6,00	16,50	4,20	0,73	
Витаминизированный напиток для детского питания	1									10,80				200,19	324,34	99,98	1,83	87,36
Итого		18,40	3,74	47,35	425,72	0,49				91,60				266,19	324,34	99,98	1,83	87,36
Возраст 12-18 лет (рекомендованная норма) 4-СОР																		
Суп с мясной вырезкой	250	12,77	0,71	112,90	130,81	0,12				302,21				18,58	42,25	34,27	1,04	
Творог со сметаной с сахаром	198	0,81	0,83	8,00	147,87	0,01				32,80				3,28	6,41	7,11	0,14	
Картофель пюре	150	3,79	4,08	11,31	176,22	0,14				24,61				41,50	94,72	32,97	1,21	
Компот из фруктов	200	0,44	0,09	21,34	99,50									4,30			0,03	
Упаб. плодово-ягодный напиток	50	2,40	0,10	18,50	74,09	0,10								6,00	16,50	4,20	0,73	
Витаминизированный напиток для детского питания	1									10,80				4,74	14,00	13,90	0,30	
Чай																		
Итого		19,31	5,71	150,64	525,43	0,27				367,42				71,12	173,25	92,08	2,41	102,18

