

СОГЛАСОВАНО



Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 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 (безмолочное) 7-11 лет</b>														
Плов из говядины ; 524,18	150	14,41	16,93	40,12	371,50	0,09		237,00		19,66	193,27	44,82	2,25	
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 ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
<b>Итого</b>		<b>17,25</b>	<b>17,67</b>	<b>83,87</b>	<b>564,20</b>	<b>0,22</b>		<b>242,50</b>		<b>43,56</b>	<b>224,87</b>	<b>58,92</b>	<b>5,45</b>	<b>90,31</b>
<b>Обед (безмолочное) 7-11 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы, припущенное с овощами ; 16 546,05	90	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
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	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
<b>Итого</b>		<b>24,43</b>	<b>25,71</b>	<b>107,64</b>	<b>758,04</b>	<b>0,61</b>		<b>781,21</b>	<b>2,99</b>	<b>83,76</b>	<b>285,28</b>	<b>73,52</b>	<b>6,57</b>	<b>101,13</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

И.П. Круглий

С.М. Никитина



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 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 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)</b>														
Плов из говядины ; 524,18	150	14,41	16,93	40,12	371,50	0,09		237,00		19,66	193,27	44,82	2,25	
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	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		17,65	17,72	86,44	576,70	0,39		242,50		44,26	228,12	59,62	5,55	
<b>Обед 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)</b>														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы, припущенное с овощами ; 16 546,05	90	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
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; 421,09	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Итого		26,32	27,40	108,15	784,26	0,49		788,67	3,59	76,29	298,59	69,12	4,64	182,29

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

И.П. Круглый

С.М. Никитина

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 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 (безмолочное) 12-18 лет</b>														
Плов из говядины ; 524,19	180	17,31	20,32	48,22	446,31	0,11		286,00		23,68	232,29	54,00	2,71	
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	
Итого		19,71	20,62	74,70	564,21	0,21		286,00		29,98	251,79	58,20	3,49	81,36
<b>Обед (безмолочное) 12-18 лет</b>														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,07	250	1,76	5,28	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Мясо птицы, припущенное с овощами ; 16 546,05	90	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
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 питания ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Итого		27,47	28,56	115,51	828,68	0,69		838,98	4,27	81,99	320,25	75,41	5,01	93,10

Начальник ОДП

Исламова Н.А.