



СОГЛАСОВАНО

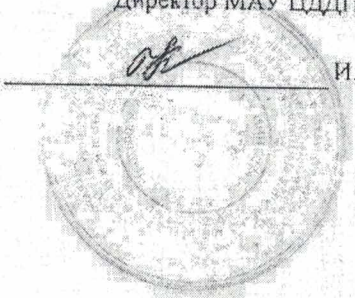
Директор MAOU «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ

Директор MAU ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Крутикий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 апреля 2024 г.

Пример 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 (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Макаронные изделия с тертым сыром ; 211,48	150	8,32	7,81	33,21	237,09	0,08		50,80		112,21	102,69	13,13	0,85	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
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	
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		11,80	15,56	67,34	461,19	0,22	4,00	95,80	0,30	137,31	158,69	33,73	4,57	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Суп гороховый (сах.диабет) ; 129,28	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,20	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Филе грудки отварное (на суп) ; 108,02	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Виточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша кукурузная вязкая с маслом ; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Компот из свежих плодов (б/сах) ; 294,09	200	0,16	0,16	3,92	18,80	0,01	4,00	2,00	0,08	6,40	4,40	3,60	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		28,67	25,45	75,86	647,72	0,59	8,20	696,96	2,55	94,40	263,60	86,36	6,60	182,29

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.*

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

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

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 апреля 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, г. (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 (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Макаронные изделия с тертым сыром ; 211,61	170	8,89	8,77	37,67	265,97	0,09		58,39		126,65	116,27	14,85	0,96	
Чай (б/сах); 282,08	200													
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	
Сек 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		12,29	9,27	71,67	423,97	0,23	4,00	58,39	0,20	149,35	169,27	35,45	4,66	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Суп гороховый (сах.диабет); 129,28	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,20	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Филе грудки отварное (на суп); 108,06	20	7,10	6,09	0,35	84,14	0,04	1,00	15,12	0,12	7,88	61,87	7,63	0,53	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом; 502,54	60/40	7,42	11,20	5,85	154,75	0,01		60,00		4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Компот из свежих плодов (б/сах); 204,09	200	0,16	0,16	3,92	18,80	0,01	4,00	2,00	0,08	6,40	4,40	3,60	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		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		30,39	27,00	93,72	740,08	0,63	9,20	719,98	2,67	114,27	287,48	98,37	9,14	188,01

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.