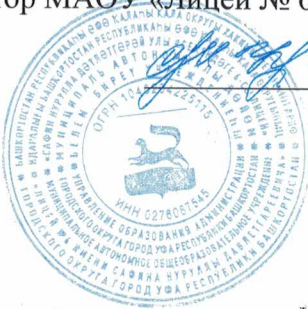
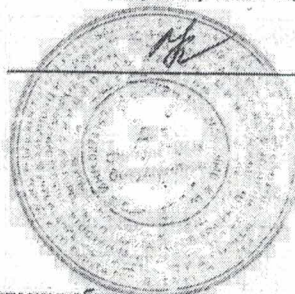


СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа



И.П. Крутлий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

21 марта 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 (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Рыба, запеченная с морковью ; 89,36	70	9,51	5,32	12,20	134,68	0,07		312,24		73,33	157,93	36,33	0,61	
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	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
Апельсин ; 38,21	160	1,44	0,32	12,96	68,80	0,06	96,00			54,40		20,80	0,48	
Итого		19,57	12,74	69,41	477,91	0,31	96,00	372,66	0,35	249,13	305,08	88,25	3,25	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Свекольник (без картофеля и сахара) сах.диабет; 67,05	205	1,69	4,06	9,18	80,25	0,03		170,06		45,57	50,12	24,31	1,39	
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 ; 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	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах) ; 293,05	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
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		20,07	19,34	69,52	525,94	0,32		233,81	0,34	71,43	207,46	114,97	4,98	161,55

Начальник ОДП

Испанова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

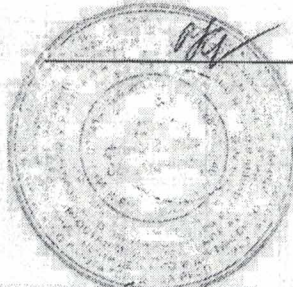
УТВЕРЖДАЮ

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

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Крутлий

С.М. Никитина



Школьное меню для организации питания обучающихся.

21 марта 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 (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Рыба, запеченная с морковью ; 89,36	70	9,51	5,32	12,20	134,68	0,07		312,24		73,33	157,93	36,33	0,61	
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	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
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	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		20,01	21,48	75,42	574,31	0,29	0,11	435,56	0,51	266,33	351,28	81,00	5,47	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Свекольник (без картофеля и сахара) сах.диабет ; 67,24	260	2,21	5,64	11,61	106,44	0,04	12,93			60,27		30,75	1,75	
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 ; 175,12	185	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40		13,51	135,60	90,20	3,05	
Компот из смеси сухофруктов (б/сах) ; 293,05	200	0,44	0,09	12,96	48,80									
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		21,60	22,49	76,48	583,47	0,36	12,93	83,40		89,93	181,01	137,24	5,88	188,01

Начальник ОДАП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.