

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
17 января 2022 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность | Витамины (мг) |              |            |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |             | Цена          |
|---|-----------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------------|---------------|--------------|------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
|   |                 | Б                    | Ж            | У            |                            | В1            | С            | А          | Е           | Ca                        | P             | Mg            | Fe          |               |
| <b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>                             |                 |                      |              |              |                            |               |              |            |             |                           |               |               |             |               |
| Филе грудки,<br>припущенное с<br>овощами                            | 50              | 12,82                | 11,76        | 0,88         | 159,83                     | 0,07          | 1,96         | 107,2      | 0,58        | 14,78                     | 113,34        | 15,18         | 0,97        |               |
| Каша гречневая<br>вязкая с маслом                                   | 130/4           | 4,13                 | 3,97         | 18,61        | 126,54                     | 0,14          |              | 18,65      | 0,3         | 10,04                     | 98,05         | 65,15         | 2,21        |               |
| Чай (б/сах)   | 200             |                      |              |              |                            |               |              |            |             |                           |               |               |             |               |
| Масло сливочное   | 10              | 0,08                 | 7,25         | 0,13         | 66,1                       |               |              | 45         | 0,1         | 2,4                       | 3             |               | 0,02        |               |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный  | 40              | 3,2                  | 0,4          | 18,4         | 88                         | 0,16          |              |            | 0,68        | 11,6                      | 52            | 16,8          | 1,2         |               |
|   |                 | 20,23                | 23,38        | 38,02        | 440,47                     | 0,37          | 1,96         | 170,85     | 1,66        | 38,82                     | 266,4         | 97,13         | 4,40        |               |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>                                |                 |                      |              |              |                            |               |              |            |             |                           |               |               |             |               |
| Щи из свежей<br>капусты (без<br>картофеля)                          | 250/5           | 1,75                 | 4,87         | 6,02         | 76,06                      | 0,04          | 30,02        | 407,15     | 1,96        | 48,48                     | 44,33         | 20,67         | 0,7         |               |
| Рыба, тушеная в<br>томате с овощами<br>(филе горбуши)<br>без сахара | 70/35           | 14,1                 | 4,9          | 2,05         | 109,39                     | 0,11          | 3,02         |            |             | 44,57                     |               | 55,61         | 0,93        |               |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом                                  | 150/5           | 3,59                 | 4,14         | 30,45        | 173,43                     | 0,06          |              | 36,62      | 0,35        | 12,7                      | 48,15         | 13,02         | 1,19        |               |
| Напиток<br>лимонный (б/сах)   | 200             | 0,06                 | 0,01         | 0,21         | 2,38                       |               | 2,8          | 0,14       | 0,01        | 2,8                       | 1,54          | 0,84          | 0,04        |               |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный  | 40              | 3,2                  | 0,4          | 18,4         | 88                         | 0,16          |              |            | 0,68        | 11,6                      | 52            | 16,8          | 1,2         |               |
| <b>Всего за рацион</b>  |                 | <b>22,70</b>         | <b>14,32</b> | <b>57,13</b> | <b>449,26</b>              | <b>0,37</b>   | <b>35,84</b> | <b>444</b> | <b>3,00</b> | <b>120,15</b>             | <b>146,02</b> | <b>106,94</b> | <b>4,06</b> | <b>158,48</b> |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)  
17 января 2022 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                      | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>я | Витамины (мг) |       |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |               | Цена |
|--|-----------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|--------|---------------|------|
|  |                 | Б                       | Ж     | У     |                          | В1            | С     | А      | Е    | Ca                        | P      | Mg     | Fe            |      |
| <b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>                               |                 |                         |       |       |                          |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Филе грудки,<br>припущенное с<br>овощами                               | 50              | 12,82                   | 11,76 | 0,88  | 159,83                   | 0,07          | 1,96  | 107,2  | 0,58 | 14,78                     | 113,34 | 15,18  | 0,97          |      |
| Каша гречневая<br>вязкая с маслом                                      | 150/5           | 4,77                    | 4,86  | 21,48 | 148,55                   | 0,16          |       | 23,25  | 0,35 | 11,64                     | 113,25 | 75,18  | 2,55          |      |
| Чай (б/сах)  | 200             |                         |       |       |                          |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Яблоко   | 125             | 0,5                     | 0,5   | 12,25 | 58,75                    | 0,04          | 12,5  | 6,25   | 0,25 | 20                        | 13,75  | 11,25  | 2,75          |      |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный   | 35              | 2,8                     | 0,35  | 16,1  | 77                       | 0,14          |       |        | 0,6  | 10,15                     | 45,5   | 14,7   | 1,05          |      |
|  |                 | 20,89                   | 17,47 | 50,71 | 444,13                   | 0,41          | 14,46 | 136,70 | 1,78 | 56,57                     | 285,8  | 116,31 | 7,32          |      |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>                                  |                 |                         |       |       |                          |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Щи из свежей<br>капусты (без<br>картофеля)                             | 250/5           | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                    | 0,04          | 30,02 | 407,15 | 1,96 | 48,48                     | 44,33  | 20,67  | 0,7           |      |
| Рыба, тушенная в<br>томате с<br>овощами (филе<br>минтая) без<br>сахара | 50/25           | 9,96                    | 3,46  | 0,88  | 74,87                    | 0,07          | 1,42  | 141,75 | 1,5  | 29,57                     | 152,1  | 37,4   | 0,6           |      |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом                                     | 180/5           | 4,99                    | 4,17  | 30,89 | 181,1                    | 0,14          |       | 22,5   | 0,82 | 22,51                     | 125,7  | 27,2   | 2,15          |      |
| Напиток<br>лимонный (б/сах)  | 200             | 0,06                    | 0,01  | 0,21  | 2,38                     |               | 2,8   | 0,14   | 0,01 | 2,8                       | 1,54   | 0,84   | 0,04          |      |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный   | 30              | 2,4                     | 0,3   | 13,8  | 66                       | 0,12          |       |        | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6   | 0,9           |      |
| Яблоко   | 125             | 0,5                     | 0,5   | 12,25 | 58,75                    | 0,04          | 12,5  | 6,25   | 0,25 | 20                        | 13,75  | 11,25  | 2,75          |      |
|  |                 | 19,66                   | 13,31 | 64,05 | 459,16                   | 0,41          | 46,74 | 578    | 5,05 | 132,06                    | 376,42 | 109,96 | 7,14          |      |
| <b>Всего за рацион</b>   |                 |                         |       |       |                          |               |       |        |      |                           |        |        | <b>167,22</b> |      |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

