



УТВЕРЖДАЮ
ЦДДП ГО г. Уфа

Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прим. пищи, наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	5,83	8,02	31,45	221,89	0,1	1,01	47,71	0,16	121,92	148,12	35,16	0,77	
Филе грудки отварное	40	10,22	8,76	0,48	120,99	0,1	1,41	21,76	0,17	11,18		10,94	0,75	
Кефир с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сыр (порциями)	10	5,26	5,32		70		0,14	47,6	0,08	200	120	11,1	14	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,6	0,6	14,7	71	0,04	15,0	7,5	0,36	24	16,5	13,2	3,4	
Итого		32,18	30,10	88,22	760,84	0,40	19,45	146,69	1,36	609,52	626,8	121,00	20,99	105,24

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом с мясом	250/20	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,83	2,08	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	1,52	57,81	10,39	1,07	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Яблоко	125	0,6	0,6	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого		29,95	25,87	143,92	940,33	0,78	29,84	343	8,84	113,75	245,31	99,55	10,35	112,04

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.
Исламова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021 г

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	65
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		0,16	0,16	19,99	78,95	0,01	4,00	2	0,08	6,05	4,40	3,60	0,93	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДН ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	20	5,26	5,32		70		0,14	47,6	0,08	200	120	11,1	14	
Кисломолочный	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	69,32

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Горошек зеленый консервированный	25	0,78	0,05	1,63	10		2,5							
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	79,20

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,6	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		4,37	4,30	27,34	170,21	0,08	13,60	28,37	0,26	148,42	129,95	42,25	3,76	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Горошек зеленый консервированный	25	0,78	0,95	1,63	10		2,5							
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		0,18	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	
Итого за рацион													162,26	

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДНГО г. Уфа
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	200	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Макаронные изделия отварные с	150/5	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	1,52	57,81	10,39	1,07	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90									
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Итого		25,99	24,81	104,36	744,83	0,58	13,34	355	5,83	75,30	279,16	67,90	5,77	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Уч-почмак	75	14	8,99	23,91	234,45	0,06	0,26	36,33	2,75	92,99	145,2	16,2	0,68	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	11,06	45,87		3,04	0,15	0,01	3,36	1,67	0,91	0,08	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11	2,8	
Итого		14,57	9,50	47,22	339,07	0,10	15,80	42,7	3,01	116,35	160,6	28,36	3,51	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦЕНТРО г. Уфа
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся
10 сентября 2021 г.

Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет															
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65		
Филе грудки отварное	40	10,22	8,76	0,48	120,99	0,1	1,41	21,76	0,17	11,18		10,94	0,75		
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116,2	31	1,01		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1		
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1		
Яблоко	125	0,6	0,6	14,7	71	0,04	15,0	7,5	0,36	24	16,5	13,2	3,4		
		28,98	28,14	83,12	605,86	0,40	19,99	115,16	1,32	489,75	342,8	109,70	8,94		
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет															
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08		
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,85	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89		
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93		
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62		
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2		
		28,20	25,23	124,26	846,09	0,73	17,34	357	6,43	104,02	328,43	86,57	7,72		
Итого за рацион														186,93	

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.