



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 сентября 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

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	
Рыба, тушеная с овощами	40/40	10,36	7,61	1,74	116,94	0,11	1,06	246,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшеничная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,56	137,59	0,14		18,99	0,14	12,31	76,93	27,13	0,91	
Масло сливочное	15	0,06	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Какао с молоком	200	3,97	3,9	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Кисломолочный продукт	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		29,08	26,83	79,82	658,59	0,50	18,86	460,30	3,86	309,14	350,1	113,30	6,88	105,24

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

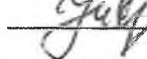
Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,96	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,24	11,12	11,86	194,87	0,08	0,22			31,18		16,79	1,56	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	6,01	4,45	34,28	217,29	0,09		23,23	0,87	16,09	48,7	8,94	0,91	
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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
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	
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	
Итого		39,92	21,46	134,59	802,47	0,71	28,37	292	4,29	127,59	219,08	94,55	10,23	112,04

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



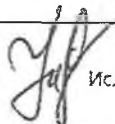
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДШ ГО г. Уфа
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся
24 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	
Завтрак ОБЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рыба, тушеная с овощами	40/40	10,98	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшеничная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,56	137,59	0,14		18,98	0,14	12,31	76,93	27,13	0,91	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,06			22,5	0,1	1	2		0	
Какао с молоком	200	3,87	3,6	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Кисломолочный продукт	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	
		25,04	23,21	78,76	616,54	0,50	18,66	437,60	3,91	307,94	342,6	113,30	6,87	
Обед ОБЗ, 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	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,34	11,12	11,88	194,37	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	6,01	4,45	36,28	217,29	0,09		23,23	0,87	18,09	48,7	8,94	0,91	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,66	0,01	4	2	0,08	6,95	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		29,62	20,95	124,34	603,72	0,67	15,87	287	4,04	107,59	205,33	83,41	7,48	
Итого за рацион													186,93	

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 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	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	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	130/4	6,01	4,45	38,28	217,29	0,09		23,23	0,87	16,09	48,7	8,94	0,91	
Чай с сахаром	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,5	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		29,36	20,82	128,95	820,07	0,96	31,97	285	3,96	100,74	200,93	79,81	6,55	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	
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,91			2361,11		277,78	1,99	
Итого		77,56	72,49	124,26	1510,48	0,66	15,21	36,5	2,76	2457,46	146,9	294,89	2,75	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 сентября 2021 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушенная с овощами	40/40	10,36	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшениная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,27	88,88	31,30	1,05	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45,0	0,10	2,40	3,00		0,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,12	0,01	125,4	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		25,9	27,2	74,0	648	0,51	3,9	457,5	3,77	289	352,06	106	3,9	69,32

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,26	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
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	50	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный	50	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		29,68	20,87	125,04	806,42	0,65	15,87	266	4,02	107,82	206,44	83,46	7,38	79,20

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 сентября 2021 г

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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Рыба, тушенная с овощами	40/40	10,35	7,81	1,74	115,94	0,11	1,96	369,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,27	88,88	31,30	1,05	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,12	0,01	125,4	115,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,5			119		14	0,1	
Итого		25,78	19,97	73,83	581,7	0,51	3,86	412,5	3,67	285,7	349,06	105,67	3,89	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	16,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	67,23	35,98	2,86	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	345,99	0,11		22,5	1	16,32	56,31	10,99	1,06	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		29,88	20,87	125,04	806,42	0,65	15,87	296	4,02	107,52	208,44	83,46	7,38	70,00

Начальник ОДП  Исмаилова Н.А.

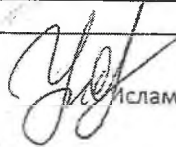


УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДШ ГО г. Уфа
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Рыба, тушенная с овощами	40/40	10,36	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,66	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,27	88,88	31,30	1,05	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45,0	0,10	2,40	3,00		0,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,12	0,01	125,4	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	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	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		26,36	27,72	66,21	706,55	0,55	16,36	463,70	4,02	309,10	365,81	116,92	6,66	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 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	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,56	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
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	50	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,5	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,5	8,7	39	12,6	0,9	
		29,68	20,87	125,04	806,42	0,65	15,87	286	4,02	107,82	206,44	83,46	7,38	
Итого за рацион													162,26	

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.