

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

## Школьное меню для организации питания обучающихся

3 декабря 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

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	
Рыба, тушенная с овощами ( филе горбуши)	40/40	10,36	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	350,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,63	0,16	14,27	88,88	31,3	1,05	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
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	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	10	0,06	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
<b>Итого</b>		<b>25,51</b>	<b>29,76</b>	<b>87,92</b>	<b>728,80</b>	<b>0,55</b>	<b>27,63</b>	<b>483,91</b>	<b>3,72</b>	<b>293,22</b>	<b>300,7</b>	<b>93,87</b>	<b>5,66</b>	<b>126,52</b>

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	
Суп картофельный с горохом и мясом	250/15	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,85	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	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,56	0,88	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	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	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
<b>Итого</b>		<b>30,91</b>	<b>23,79</b>	<b>151,23</b>	<b>945,39</b>	<b>0,99</b>	<b>44,47</b>	<b>308</b>	<b>4,34</b>	<b>126,08</b>	<b>227,54</b>	<b>92,98</b>	<b>9,26</b>	<b>133,32</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

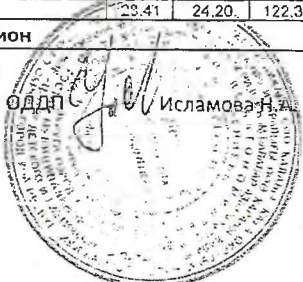


УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦ ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся  
03 декабря 2021 г.

Прим. пищи, наименование блюда	Макс. порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Рыба, тушенная с овощами ( филе горбуши)	40/40	10,76	7,61	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,66	25	161,3	0,16		23,63	0,16	14,27	88,88	31,3	1,05	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79,6	0,03				5,7		3,9	0,16	
Чай витаминизированны	200			9,7	39	0,15	10							
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	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,64	26,88	3,6	0,24	
		22,50	19,85	87,79	627,70	0,55	27,56	415,11	3,58	146,82	237,7	84,37	5,99	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Суп картофельный с горохом и мясом	250/15	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	38,77	87,23	35,98	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,64	11,12	11,93	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,96	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,99	16,79	48,68	8,66	0,89	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	26,1							
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		23,41	24,20	122,31	820,33	0,92	31,97	307	3,93	90,44	194,41	78,13	6,28	
<b>Итого за рацион</b>													<b>208,21</b>	

Начальник ОДДС Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДН ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

03 декабря 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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
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	150/5	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>28,47</b>	<b>24,21</b>	<b>109,00</b>	<b>767,61</b>	<b>0,62</b>	<b>14,67</b>	<b>307</b>	<b>3,84</b>	<b>102,54</b>	<b>195,95</b>	<b>78,97</b>	<b>6,35</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
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	
<b>Итого</b>		<b>77,56</b>	<b>72,49</b>	<b>124,26</b>	<b>1510,48</b>	<b>0,66</b>	<b>15,21</b>	<b>36,5</b>	<b>2,76</b>	<b>2457,46</b>	<b>146,9</b>	<b>294,89</b>	<b>2,75</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

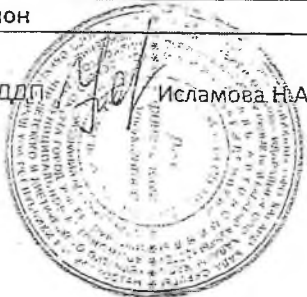


Школьное меню для организации питания обучающихся

03 декабря 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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,23	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,2	3,6	5		0,03	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,1	35,7	0,06	150	90	8	0,1	
		21,77	29,81	84,34	697,37	0,39	3,22	163,80	1,28	532,16	398,35	96,99	3,52	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
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	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		29,56	24,34	129,72	855,82	0,94	31,97	307	3,99	102,17	203,54	79,86	6,46	
<b>Итого за рацион</b>													<b>162,26</b>	

Начальник ОДЛП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДиГО г. Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся

03 декабря 2021 г

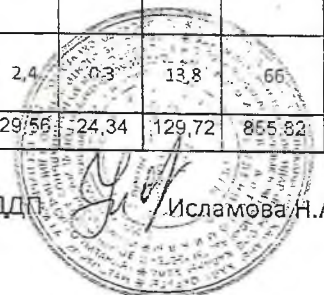
## Завтрак ММС с 12-18 лет

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	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,1	35,7	0,06	150	90	8	0,1	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,2	3,6	5		0,03	
<b>Итого</b>		<b>21,8</b>	<b>29,8</b>	<b>84,3</b>	<b>697</b>	<b>0,39</b>	<b>3,2</b>	<b>168,8</b>	<b>1,28</b>	<b>532</b>	<b>398,35</b>	<b>97</b>	<b>3,5</b>	<b>69,32</b>

## Обед 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	
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	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизирова нный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>29,56</b>	<b>24,34</b>	<b>129,72</b>	<b>855,82</b>	<b>0,94</b>	<b>31,97</b>	<b>307</b>	<b>3,99</b>	<b>102,17</b>	<b>203,54</b>	<b>79,88</b>	<b>6,46</b>	<b>79,20</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

03 декабря 2021 г

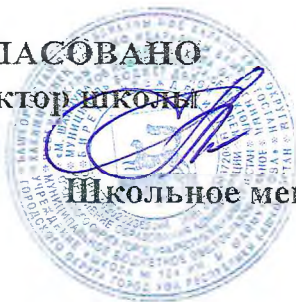
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>20,41</b>	<b>24,85</b>	<b>84,27</b>	<b>646,8</b>	<b>0,39</b>	<b>3,18</b>	<b>134,4</b>	<b>1,21</b>	<b>481,0</b>	<b>366,85</b>	<b>94,24</b>	<b>3,47</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,95	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,83	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	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
Чай витаминизированны	200			9,7	39	0,15	10							
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	
<b>Итого</b>		<b>29,52</b>	<b>20,71</b>	<b>115,85</b>	<b>766,77</b>	<b>0,79</b>	<b>21,87</b>	<b>284</b>	<b>3,94</b>	<b>100,97</b>	<b>202,04</b>	<b>79,86</b>	<b>6,45</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

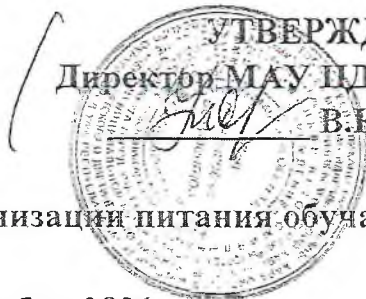


СОГЛАСОВАНО

Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

03 декабря 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак СОП с 12-18 лет</b>														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	5	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		20,41	24,85	84,27	646,8	0,39	3,18	134,4	1,21	491,0	366,85	94,24	3,47	60,00

Начальник ЦДП: Исламова Н.А.

