

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

МАУ ЦДН ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Директор

## Школьное меню для организации питания обучающихся

24 декабря 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

## Завтрак

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 рисовая молочная вязкая с маслом	180/10	5,5	10,5	38,7	271,95	0,07	1,16	64,58	0,26	115,35	143,1	32,66	0,55	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			67,5	0,15	3,6	4,5		0,03	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,11	35,7	0,06	150	90	8,25	0,11	
Батон	30	2,25	0,67	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Какао с молоком	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Пряники	45	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Мандарины	70	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
<b>Итого</b>		<b>22,22</b>	<b>35,88</b>	<b>132,90</b>	<b>955,96</b>	<b>0,30</b>	<b>44,77</b>	<b>197,28</b>	<b>0,77</b>	<b>567,91</b>	<b>344,1</b>	<b>98,06</b>	<b>5,01</b>	<b>152,23</b>

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

## Обед

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	
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	260/10	5,6	8,46	17,45	169,29	0,12	17,27			33,23		31,83	1,5	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,18	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,66	116,71	40,14	1,53	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	
Мандарины	70	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Пряники	45	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
<b>Итого</b>		<b>25,93</b>	<b>24,83</b>	<b>151,09</b>	<b>935,90</b>	<b>0,97</b>	<b>97,17</b>	<b>91</b>	<b>2,20</b>	<b>147,80</b>	<b>188,16</b>	<b>106,35</b>	<b>5,52</b>	<b>152,23</b>

Начальник ОДЦП Исмаилова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



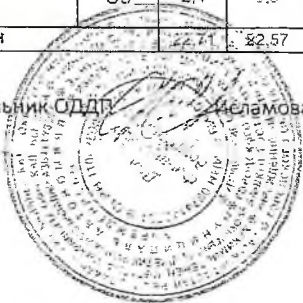
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся  
24 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 7-11 лет</b>														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	180/10	5,5	10,5	38,7	271,85	0,07	1,16	64,58	0,25	115,86	143,1	32,66	0,55	
Масло сливочное	10	0,12	10,88	0,2	99,15			67,5	0,15	3,6	4,5		0,03	
Сыр (порциями)	10	3,95	3,99		52,5		0,11	35,7	0,06	150	90	8,25	0,11	
Батон	30	2,25	0,97	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Какао с молоком	200	3,38	3,56	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Пряники	45	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Мандарины	70	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		21,62	35,28	118,20	885,46	0,25	29,77	189,78	0,47	543,91	327,6	84,56	1,71	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	260/10	5,6	8,46	17,45	159,29	0,12	17,27			33,23		31,83	1,5	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,16	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,66	116,71	40,14	1,53	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	
Итого за рацион		22,71	32,57	112,09	744,60	0,89	70,57	91	2,20	118,35	189,16	93,60	6,09	233,92

Начальник ОДП Меламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 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>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,7	1,99	29,58	77,83	26,97	1,01	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,16	
Картофельное пюре	150	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
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>19,62</b>	<b>19,38</b>	<b>98,22</b>	<b>646,71</b>	<b>0,56</b>	<b>46,53</b>	<b>301</b>	<b>4,24</b>	<b>109,30</b>	<b>256,32</b>	<b>85,01</b>	<b>4,59</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
Вак-беляш	75	7,99	9,52	20,7	200,33	0,09	5,18	7,59	2,6	21,71	91,43	16,33	1,26	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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>71,48</b>	<b>73,01</b>	<b>119,97</b>	<b>1470,39</b>	<b>0,69</b>	<b>17,09</b>	<b>7,6</b>	<b>2,60</b>	<b>2383,12</b>	<b>91,4</b>	<b>294,11</b>	<b>3,28</b>	<b>45,00</b>

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 декабря 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я	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 рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47	0,06	0,96	61,32	0,23	97,17	119,73	27,21	0,46	
Какао с молоком	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		16,29	26,95	73,76	608,63	0,23	2,93	152,12	0,82	444,87	292,23	64,91	1,53	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,42	5,14	17,11	125,06	0,11	16,77	208,35	1,97	25,18	74,78	26,52	1	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,16	
Картофельное пюре	200	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Чай витаминизирава	200			9,7	39	0,15	10							
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>18,73</b>	<b>19,15</b>	<b>92,45</b>	<b>618,37</b>	<b>0,69</b>	<b>59,97</b>	<b>300</b>	<b>4,02</b>	<b>108,30</b>	<b>256,44</b>	<b>86,89</b>	<b>4,34</b>	<b>162,26</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

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

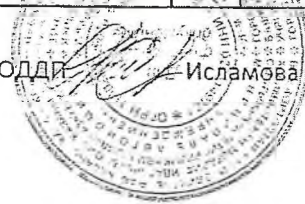


Школьное меню для организации питания обучающихся

24 декабря 2021 г

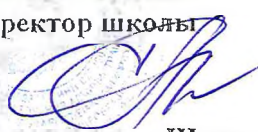
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
Каша рисовая молочная вязкая с	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47	0,06	0,96	61,32	0,23	97,17	119,73	27,21	0,46	
Какао с молоком	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>16,29</b>	<b>26,95</b>	<b>73,76</b>	<b>608,63</b>	<b>0,23</b>	<b>2,93</b>	<b>152,12</b>	<b>0,82</b>	<b>444,87</b>	<b>292,23</b>	<b>64,91</b>	<b>1,53</b>	<b>69,32</b>
<b>Обед ММС с 12-18 лет</b>														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,42	5,14	17,11	125,06	0,11	16,77	208,35	1,97	25,18	74,78	26,52	1	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,16	
Картофельное пюре	200	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
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>18,73</b>	<b>19,45</b>	<b>92,45</b>	<b>618,37</b>	<b>0,59</b>	<b>59,97</b>	<b>300</b>	<b>4,02</b>	<b>108,30</b>	<b>256,44</b>	<b>86,89</b>	<b>4,34</b>	<b>79,20</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦ ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

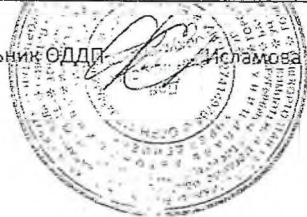


## Школьное меню для организации питания обучающихся

24 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47	0,06	0,96	61,32	0,23	97,17	119,73	27,21	0,46	
Какао с молоком	200	3,38	3,56	20,58	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	50	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>16,21</b>	<b>19,70</b>	<b>73,53</b>	<b>542,53</b>	<b>0,23</b>	<b>2,93</b>	<b>107,12</b>	<b>0,72</b>	<b>442,47</b>	<b>209,23</b>	<b>64,91</b>	<b>1,51</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,42	5,14	17,11	125,06	0,11	16,77	208,35	1,97	25,18	74,78	26,52	1	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	7,56	7,32	8,84	133,12	0,01	2,05	52	0,87	4,56	6,45	3,43	0,16	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,94	0,16	25,97	32,91	0,18	53,99	97,33	33,49	1,28	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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>19,08</b>	<b>18,17</b>	<b>88,33</b>	<b>590,12</b>	<b>0,50</b>	<b>44,79</b>	<b>293</b>	<b>3,98</b>	<b>98,32</b>	<b>237,06</b>	<b>80,24</b>	<b>4,12</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 декабря 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа 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 рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	4,6	9,96	32,25	237,47	0,06	0,96	61,32	0,23	97,17	119,73	27,21	0,46	
Какао с молоком	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
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>16,21</b>	<b>19,70</b>	<b>73,63</b>	<b>542,53</b>	<b>0,23</b>	<b>2,93</b>	<b>107,12</b>	<b>0,72</b>	<b>442,47</b>	<b>289,23</b>	<b>64,91</b>	<b>1,51</b>	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.