

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 февраля 2022 г.

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          |              |
| Макаронные изделия с тертым сыром     | 170          | 9,43                 | 12,55        | 33,06        | 283,91                         | 0,09          | 0,11        | 85,78         | 0,87        | 173,99                    | 139,81       | 16,43        | 0,9         |              |
| Масло сливочное                       | 10           | 0,08                 | 7,25         | 0,13         | 66,1                           |               |             | 45            | 0,1         | 2,4                       | 3            |              | 0,02        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 30           | 2,4                  | 0,3          | 16,5         | 78                             | 0,1           |             |               | 0,45        | 6                         | 19,5         | 4,2          | 0,75        |              |
| 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        |              |
| Сок фруктовый 0,2                     | 200          | 1                    | 0,2          | 20,2         | 92                             | 0,02          | 4           |               | 0,2         | 14                        | 14           | 8            | 2,8         |              |
| <b>Итого</b>                          |              | <b>12,97</b>         | <b>20,31</b> | <b>80,08</b> | <b>562,29</b>                  | <b>0,21</b>   | <b>6,91</b> | <b>130,92</b> | <b>1,63</b> | <b>199,49</b>             | <b>177,9</b> | <b>29,47</b> | <b>4,54</b> | <b>74,70</b> |

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

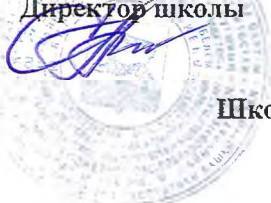
Обед

| 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          |              |
| Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной  | 250/10       | 2,14                 | 5,76         | 11,48         | 107,06                         | 0,09          | 21,34        | 216,8      | 1,94        | 34,48                     | 57,64         | 22,7          | 0,83        |              |
| Рыба, тушеная в томатном соусе (филе минтая) | 45/45        | 9,32                 | 4,33         | 2,64          | 87,53                          | 0,08          | 3,61         | 412,33     | 1,97        | 33,36                     | 150,31        | 40,92         | 0,74        |              |
| Рис припущенный                              | 160          | 4,02                 | 4,62         | 41,51         | 223,5                          | 0,05          |              | 25,2       | 0,28        | 11,71                     | 85,56         | 28,35         | 0,62        |              |
| Напиток лимонный                             | 200          | 0,06                 | 0,01         | 20,17         | 82,18                          |               | 2,8          | 0,14       | 0,01        | 3,4                       | 1,54          | 0,84          | 0,1         |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами        | 35           | 2,8                  | 0,35         | 19,25         | 91                             | 0,12          |              |            | 0,53        | 7                         | 22,75         | 4,9           | 0,88        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный                         | 35           | 2,8                  | 0,35         | 16,1          | 77                             | 0,14          |              |            | 0,6         | 10,15                     | 45,5          | 14,7          | 1,06        |              |
| <b>Итого</b>                                 |              | <b>21,14</b>         | <b>15,42</b> | <b>111,15</b> | <b>666,27</b>                  | <b>0,48</b>   | <b>27,75</b> | <b>654</b> | <b>5,33</b> | <b>100,10</b>             | <b>363,42</b> | <b>112,41</b> | <b>4,22</b> | <b>82,06</b> |

Начальник ОДДФ Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

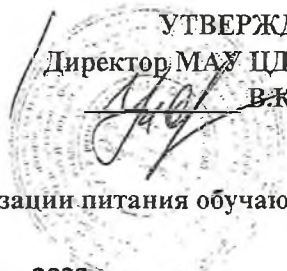
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

21 февраля 2022 г.

1 смена

| Прием пищи, наименование Блюда                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность к (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>       |              |                      |       |        |                                  |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Макаронные изделия с тертым сыром             | 170          | 9,43                 | 12,55 | 33,06  | 293,91                           | 0,09          | 0,11  | 85,78  | 0,87 | 173,99                    | 139,61 | 16,43  | 0,9           |      |
| Масло сливочное                               | 10           | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,1                             |               |       | 45     | 0,1  | 2,4                       | 3      |        | 0,02          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами         | 30           | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                               | 0,1           |       |        | 0,45 | 6                         | 19,5   | 4,2    | 0,75          |      |
| 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          |      |
| Сок фруктовый 0,2                             | 200          | 1                    | 0,2   | 20,2   | 92                               | 0,02          | 4     |        | 0,2  | 14                        | 14     | 8      | 2,8           |      |
|   |              | 12,97                | 20,31 | 80,08  | 562,29                           | 0,21          | 6,91  | 130,92 | 1,63 | 199,49                    | 177,9  | 29,47  | 4,54          |      |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>          |              |                      |       |        |                                  |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной   | 250/10       | 2,14                 | 5,76  | 11,48  | 107,06                           | 0,09          | 21,34 | 216,8  | 1,94 | 34,48                     | 57,64  | 22,7   | 0,83          |      |
| Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая) | 45/45        | 9,32                 | 4,33  | 2,64   | 87,53                            | 0,08          | 3,61  | 412,33 | 1,97 | 33,36                     | 160,31 | 40,92  | 0,74          |      |
| Рис припущенный                               | 160          | 4,02                 | 4,62  | 41,51  | 223,5                            | 0,05          |       | 25,2   | 0,28 | 11,71                     | 85,68  | 28,35  | 0,62          |      |
| Напиток лимонный                              | 200          | 0,06                 | 0,01  | 20,17  | 82,18                            |               | 2,8   | 0,14   | 0,01 | 3,4                       | 1,54   | 0,84   | 0,1           |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами         | 35           | 2,8                  | 0,35  | 19,25  | 91                               | 0,12          |       |        | 0,53 | 7                         | 22,75  | 4,9    | 0,88          |      |
| Хлеб ржано-пшеничный                          | 35           | 2,8                  | 0,35  | 16,1   | 77                               | 0,14          |       |        | 0,6  | 10,15                     | 45,5   | 14,7   | 1,05          |      |
|   |              | 21,14                | 15,42 | 111,15 | 663,27                           | 0,48          | 27,75 | 654    | 5,33 | 100,10                    | 363,42 | 112,41 | 4,22          |      |
| <b>Итого за рацион</b>                        |              |                      |       |        |                                  |               |       |        |      |                           |        |        | <b>158,48</b> |      |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

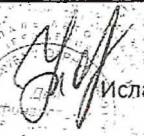
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 февраля 2022 г

2 смена

| Прием пищи,<br>наименование блюда                     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>я | Витамины (мг) |       |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|---|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|   |                 | Б                    | Ж     | У      |                          | В1            | С     | А      | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| <b>Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>                  |                 |                      |       |        |                          |               |       |        |      |                           |        |        |      |        |
| Суп с<br>мелкошинкованны<br>ми овощами со<br>сметаной | 250/10          | 2,14                 | 5,76  | 11,48  | 107,06                   | 0,09          | 21,34 | 216,8  | 1,94 | 34,48                     | 57,64  | 22,7   | 0,83 |        |
| Рыба, тушенная в<br>томатном соусе<br>(филе минтая)   | 45/45           | 9,32                 | 4,33  | 2,64   | 87,53                    | 0,08          | 3,61  | 412,33 | 1,97 | 33,36                     | 150,31 | 40,92  | 0,74 |        |
| Рис припущенный                                       | 160             | 4,02                 | 4,62  | 41,51  | 223,5                    | 0,05          |       | 25,2   | 0,28 | 11,71                     | 85,68  | 28,35  | 0,62 |        |
| Напиток лимонный                                      | 200             | 0,06                 | 0,01  | 20,17  | 82,18                    |               | 2,8   | 0,14   | 0,01 | 3,4                       | 1,54   | 0,84   | 0,1  |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами           | 35              | 2,8                  | 0,35  | 19,25  | 91                       | 0,12          |       |        | 0,53 | 7                         | 22,75  | 4,9    | 0,88 |        |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                              | 35              | 2,8                  | 0,35  | 16,1   | 77                       | 0,14          |       |        | 0,6  | 10,15                     | 45,5   | 14,7   | 1,05 |        |
| Итого   |                 | 21,14                | 15,42 | 111,15 | 668,27                   | 0,48          | 27,75 | 654    | 5,33 | 100,10                    | 363,42 | 112,41 | 4,22 |        |
| <b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>               |                 |                      |       |        |                          |               |       |        |      |                           |        |        |      |        |
| Пицца "Детская"                                       | 75              | 12,76                | 10,42 | 22,23  | 234,19                   | 0,08          | 1,42  | 35,99  | 1,31 | 108,63                    | 155,98 | 19,8   | 1,52 |        |
| Компот из свежих<br>плодов                            | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                    | 0,01          | 4     | 2      | 0,08 | 6,85                      | 4,4    | 3,6    | 0,93 |        |
| Яблоко  | 150             | 0,6                  | 0,6   | 14,7   | 70,5                     | 0,05          | 15    | 7,5    | 0,3  | 24                        | 16,5   | 13,5   | 3,3  |        |
| Итого   |                 | 13,52                | 11,18 | 55,82  | 383,34                   | 0,14          | 20,42 | 45,5   | 1,69 | 139,48                    | 176,9  | 36,90  | 5,75 | 158,48 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 февраля 2022 г

| Прием пищи,<br>наименование блюда                      | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность<br>(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>            |                 |                      |              |              |                                      |               |              |             |             |                           |               |               |             |              |
| Суп с<br>мелкошинкован<br>ными овощами<br>со сметаной  | 250/5           | 2,14                 | 5,76         | 11,48        | 107,06                               | 0,09          | 21,34        | 216,8       | 1,94        | 34,48                     | 57,64         | 22,7          | 0,83        |              |
| Рыба, тушенная<br>в томатном<br>соусе (филе<br>минтая) | 45/45           | 9,32                 | 4,33         | 2,64         | 87,53                                | 0,08          | 3,61         | 412,33      | 1,97        | 33,36                     | 150,31        | 40,92         | 0,74        |              |
| Рис<br>припущенный                                     | 150             | 4,02                 | 4,62         | 41,51        | 223,5                                | 0,05          |              | 25,2        | 0,28        | 11,71                     | 85,68         | 28,35         | 0,62        |              |
| Чай с сахаром  | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                                 |               |              |             |             | 0,3                       |               |               | 0,03        |              |
| Хлеб<br>пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами         | 30              | 2,4                  | 0,3          | 16,5         | 78                                   | 0,1           |              |             | 0,45        | 6                         | 19,5          | 4,2           | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                               | 30              | 2,4                  | 0,3          | 13,8         | 66                                   | 0,12          |              |             | 0,51        | 8,7                       | 39            | 12,6          | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>   |                 | <b>20,28</b>         | <b>15,31</b> | <b>95,91</b> | <b>601,99</b>                        | <b>0,44</b>   | <b>24,95</b> | <b>654</b>  | <b>5,15</b> | <b>94,55</b>              | <b>352,13</b> | <b>108,77</b> | <b>3,87</b> | <b>65,00</b> |
| <b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>         |                 |                      |              |              |                                      |               |              |             |             |                           |               |               |             |              |
| Пицца "Детская"  | 75              | 12,76                | 10,42        | 22,23        | 234,19                               | 0,08          | 1,42         | 35,99       | 1,31        | 108,63                    | 155,98        | 19,8          | 1,52        |              |
| Компот из<br>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        |              |
| <b>Итого</b>   |                 | <b>12,92</b>         | <b>10,58</b> | <b>41,12</b> | <b>312,84</b>                        | <b>0,09</b>   | <b>5,42</b>  | <b>38,0</b> | <b>1,39</b> | <b>115,48</b>             | <b>160,4</b>  | <b>23,40</b>  | <b>2,45</b> | <b>45,00</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

21 февраля 2022 г

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата )

| Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценност | Витамины (мг) |             |              |             | Минеральные вещества (мг) |              |              |             | Цена         |
|---|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|-------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
|   |                 | Б                       | Ж            | У            |                                | В1            | С           | А            | Е           | Са                        | Р            | Mg           | Fe          |              |
| Макаронные<br>изделия с тертым<br>сыром     | 180             | 10,61                   | 14,17        | 37,17        | 319,77                         | 0,1           | 0,13        | 96,84        | 0,98        | 196,17                    | 157,28       | 18,5         | 1,02        |              |
| Чай с лимоном и<br>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<br>обогащенный<br>витаминами | 40              | 3,2                     | 0,4          | 22           | 104                            | 0,14          |             |              | 0,6         | 8                         | 26           | 5,6          | 1           |              |
| Сок фруктовый 0,2<br>ед.                    | 200             | 1                       | 0,2          | 20,2         | 92                             | 0,02          | 4           |              | 0,2         | 14                        | 14           | 8            | 2,8         |              |
| <b>Итого</b>                                |                 | <b>14,87</b>            | <b>14,78</b> | <b>89,56</b> | <b>558,05</b>                  | <b>0,26</b>   | <b>6,93</b> | <b>96,98</b> | <b>1,79</b> | <b>221,27</b>             | <b>198,8</b> | <b>32,94</b> | <b>4,89</b> | <b>65,00</b> |

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

| Прием пищи,<br>наименование блюда                     | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценност | Витамины (мг) |              |            |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |             | Цена         |
|---|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
|   |                 | Б                       | Ж            | У            |                                | В1            | С            | А          | Е           | Са                        | Р             | Mg            | Fe          |              |
| Суп с<br>мелкошинкованны<br>ми овощами со<br>сметаной | 250/5           | 2,01                    | 5,01         | 11,3         | 98,96                          | 0,09          | 21,32        | 211,45     | 1,92        | 30,08                     | 54,59         | 22,25         | 0,82        |              |
| Рыба, тушенная с<br>овощами(филе<br>минтая)           | 50/50           | 10,18                   | 7,78         | 2,17         | 119,99                         | 0,08          | 2,21         | 446,15     | 3,46        | 35,96                     | 164,48        | 43,48         | 0,73        |              |
| Рис припущенный                                       | 150             | 3,77                    | 4,37         | 38,92        | 209,86                         | 0,04          |              | 23,85      | 0,26        | 10,99                     | 80,34         | 26,58         | 0,58        |              |
| Чай с сахаром   | 200             |                         |              | 9,98         | 39,9                           |               |              |            |             | 0,3                       |               |               | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами           | 30              | 2,4                     | 0,3          | 16,5         | 78                             | 0,1           |              |            | 0,45        | 6                         | 19,5          | 4,2           | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                              | 30              | 2,4                     | 0,3          | 13,8         | 66                             | 0,12          |              |            | 0,51        | 8,7                       | 39            | 12,6          | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>  |                 | <b>20,76</b>            | <b>17,76</b> | <b>92,67</b> | <b>612,71</b>                  | <b>0,43</b>   | <b>23,53</b> | <b>681</b> | <b>6,60</b> | <b>92,03</b>              | <b>357,91</b> | <b>109,11</b> | <b>3,81</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

21 февраля 2022 г

## Завтрак ММС, СОП с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |             |             |             | Минеральные вещества (мг) |              |           |             | Цена         |
|---------------------------------------|-----------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
|                                       |                 | Б                    | Ж           | У            |                                      | В1            | С           | А           | Е           | Са                        | Р            | Mg        | Fe          |              |
| Макаронные изделия с тертым сыром     | 200             | 11,76                | 13,25       | 49,45        | 365,16                               | 0,1           | 0,11        | 72,18       | 2,29        | 170,90                    | 154,55       | 19,8      | 1,27        |              |
| 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 | 40              | 3,2                  | 0,4         | 22           | 104                                  | 0,14          |             |             | 0,6         | 8                         | 26           | 5,6       | 1           |              |
| Сок фруктовый 0,2                     | 200             | 1                    | 0,2         | 20,2         | 92                                   | 0,02          | 4           |             | 0,2         | 14                        | 14           | 8         | 2,8         |              |
| <b>Итого</b>                          |                 | <b>16</b>            | <b>13,9</b> | <b>101,8</b> | <b>603</b>                           | <b>0,28</b>   | <b>6,91</b> | <b>72,3</b> | <b>3,10</b> | <b>196</b>                | <b>196,1</b> | <b>34</b> | <b>5,14</b> | <b>72,21</b> |

## Обед ММС, СОП с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |              |            |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |             | Цена         |
|---|-----------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|--------------|------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
|   |                 | Б                    | Ж            | У            |                                      | В1            | С            | А          | Е           | Са                        | Р             | Mg            | Fe          |              |
| Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной | 250/10          | 2,14                 | 5,76         | 11,48        | 107,06                               | 0,09          | 21,34        | 216,80     | 1,94        | 34,48                     | 57,64         | 22,70         | 0,83        |              |
| Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)        | 50/50           | 10,18                | 7,78         | 2,17         | 119,99                               | 0,08          | 2,21         | 446,15     | 3,46        | 35,96                     | 164,48        | 43,48         | 0,73        |              |
| Рис припущенный 150 ед.                     | 180             | 3,77                 | 4,37         | 38,92        | 209,86                               | 0,04          |              | 23,85      | 0,26        | 10,99                     | 80,34         | 26,58         | 0,58        |              |
| Чай с сахаром                               | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                                 |               |              |            |             | 0,3                       |               |               | 0,03        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами       | 45              | 2,4                  | 0,3          | 16,5         | 78                                   | 0,1           |              |            | 0,45        | 6                         | 19,5          | 4,2           | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 45              | 2,4                  | 0,3          | 13,8         | 66                                   | 0,12          |              |            | 0,51        | 8,7                       | 39            | 12,6          | 0,9         |              |
| <b>Итого</b>                                |                 | <b>20,89</b>         | <b>18,51</b> | <b>92,85</b> | <b>620,81</b>                        | <b>0,43</b>   | <b>23,55</b> | <b>687</b> | <b>6,62</b> | <b>96,43</b>              | <b>360,96</b> | <b>109,56</b> | <b>3,82</b> | <b>82,54</b> |

Начальник ОДП \_\_\_\_\_ Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 февраля 2022 г

1 смена

| 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>    |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Макаронные изделия с тертым сыром           | 200          | 11,76                | 13,25 | 49,45  | 365,16                         | 0,1           | 0,11  | 72,18  | 2,29 | 170,90                    | 154,55 | 19,8   | 1,27          |      |
| 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       | 40           | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                            | 0,14          |       |        | 0,6  | 8                         | 26     | 5,6    | 1             |      |
| Сок фруктовый 0,2                           | 200          | 1                    | 0,2   | 20,2   | 92                             | 0,02          | 4     |        | 0,2  | 14                        | 14     | 8      | 2,8           |      |
|   |              | 16,02                | 13,86 | 101,84 | 603,44                         | 0,28          | 6,91  | 72,32  | 3,10 | 196,00                    | 196,09 | 34,22  | 5,14          |      |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>       |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |        |               |      |
| Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной | 250/10       | 2,14                 | 5,76  | 11,48  | 107,06                         | 0,09          | 21,34 | 216,80 | 1,94 | 34,48                     | 57,64  | 22,70  | 0,83          |      |
| Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)       | 50/50        | 10,18                | 7,78  | 2,17   | 119,99                         | 0,08          | 2,21  | 445,15 | 3,46 | 35,96                     | 164,48 | 43,48  | 0,73          |      |
| Рис припущенный 150                         | 180          | 3,77                 | 4,37  | 38,92  | 209,86                         | 0,04          |       | 23,85  | 0,26 | 10,99                     | 80,34  | 26,58  | 0,58          |      |
| Чай с сахаром                               | 200          |                      |       | 9,98   | 39,9                           |               |       |        |      | 0,3                       |        |        | 0,03          |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами       | 45           | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                             | 0,1           |       |        | 0,45 | 6                         | 19,5   | 4,2    | 0,75          |      |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 45           | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                             | 0,12          |       |        | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6   | 0,9           |      |
|   |              | 20,89                | 18,51 | 92,85  | 620,81                         | 0,43          | 23,55 | 687    | 6,62 | 96,43                     | 360,96 | 109,56 | 3,82          |      |
| <b>Итого за рацион</b>                      |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |        | <b>167,22</b> |      |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.