



**Школьное меню для организации питания обучающихся**

**16 марта 2022**

**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	
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	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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>19,23</b>	<b>20,33</b>	<b>92,69</b>	<b>635,98</b>	<b>0,29</b>	<b>6,19</b>	<b>108,17</b>	<b>3,81</b>	<b>66,96</b>	<b>191,8</b>	<b>37,73</b>	<b>6,12</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	
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	200	1,37	2,59	9,48	67,01	0,06	9,2	163,02	1,14	12,79	35,78	14,04	0,55	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,66	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
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 для детского питания	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	
<b>Итого</b>		<b>24,36</b>	<b>28,50</b>	<b>102,85</b>	<b>764,06</b>	<b>0,42</b>	<b>21,74</b>	<b>248</b>	<b>5,10</b>	<b>119,91</b>	<b>254,54</b>	<b>89,82</b>	<b>5,38</b>	<b>82,06</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





**Школьное меню для организации питания обучающихся**

**16 марта 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
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	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		19,23	20,33	92,69	635,98	0,29	6,19	108,17	3,81	66,96	191,8	37,73	6,12	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	200	1,37	2,59	9,48	67,01	0,06	9,2	163,02	1,14	12,79	35,76	14,04	0,55	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
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 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 для детского питания	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	
		24,36	28,50	102,65	764,06	0,42	21,74	248	5,10	119,91	254,54	89,82	5,38	
<b>Итого за рацион</b>													<b>158,48</b>	

Начальник ОДДГ  Исламова Н.А.



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

16 марта 2022 г

2 смена

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>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	3,27	11,83	83,94	0,08	11,5	203,84	1,44	15,9	44,75	17,55	0,69	
Суфле из мяса птицы (филе)	70	14,61	14,35	2,78	197,93	0,08	1,5	62,61	1,1	37,26	144,89	16,64	1,24	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
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 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 для детского питания	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	
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>29,31</b>	<b>30,08</b>	<b>135,70</b>	<b>935,01</b>	<b>0,55</b>	<b>28,24</b>	<b>311</b>	<b>6,24</b>	<b>146,71</b>	<b>407,40</b>	<b>109,24</b>	<b>9,04</b>	
<b>Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Тюльпины с мясом (м/с)	75	7,69	9,03	22,44	201,62	0,07	0,67	21,42	1,25	15,75	75,96	11,14	1,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62,0	0,03	1			119		14,0	0,1	
<b>Итого</b>		<b>10,89</b>	<b>12,23</b>	<b>26,94</b>	<b>263,62</b>	<b>0,10</b>	<b>1,27</b>	<b>21,4</b>	<b>1,25</b>	<b>134,75</b>	<b>76,0</b>	<b>25,14</b>	<b>1,17</b>	<b>158,48</b>

Начальник ОДДП



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 марта 2022 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>														
Суп картофельный с клецками	200	1,37	2,59	9,48	67,01	0,06	9,2	163,02	1,14	12,79	35,78	14,04	0,55	
Суфле из мяса птицы ( филе )	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
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 обогащенный витаминами для детского питания	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	
<b>Итого</b>		23,37	24,33	94,11	686,52	0,40	10,70	246	3,22	92,48	226,45	74,49	3,96	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Тюльпины с мясом (м/с)	75	7,69	9,03	22,44	201,62	0,07	0,67	21,42	1,25	15,75	75,96	11,14	1,07	
Кисломолочный продукт для детского	100	3,2	3,2	4,5	62,0	0,03	1			119		14,0	0,1	
<b>Итого</b>		10,89	12,23	26,94	263,62	0,10	1,27	21,4	1,25	134,75	76,0	25,14	1,17	<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

16 марта 2022

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Биточки мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
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	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Итого</b>		<b>18,97</b>	<b>23,75</b>	<b>77,53</b>	<b>599,48</b>	<b>0,31</b>	<b>1,69</b>	<b>115,67</b>	<b>3,74</b>	<b>55,30</b>	<b>184,3</b>	<b>30,29</b>	<b>3,55</b>	<b>65,00</b>

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	0,08	11,5	203,84	2,76	15,9	44,81	17,55	0,69	
Суфле из мяса птицы (филе)	50	10,44	10,27	1,99	141,57	0,06	1,07	44,73	0,79	26,85	103,52	11,91	0,89	
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 шк.	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	
<b>Итого</b>		<b>21,66</b>	<b>25,67</b>	<b>101,85</b>	<b>721,40</b>	<b>0,42</b>	<b>20,81</b>	<b>275</b>	<b>6,64</b>	<b>93,37</b>	<b>313,72</b>	<b>87,33</b>	<b>5,22</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

16 марта 2022 г.

Завтрак ММС, СОП 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	
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	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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>19</b>	<b>16,7</b>	<b>92,6</b>	<b>603</b>	<b>0,29</b>	<b>6,19</b>	<b>85,7</b>	<b>3,76</b>	<b>66</b>	<b>190,3</b>	<b>38</b>	<b>6,11</b>	<b>72,21</b>

Обед ММС, СОП 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	
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	200	1,37	2,59	9,48	67,01	0,06	9,2	163,02	1,14	12,79	35,78	14,04	0,55	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
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 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 для детского питания	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	
<b>Итого</b>		<b>24,36</b>	<b>28,50</b>	<b>102,65</b>	<b>764,06</b>	<b>0,42</b>	<b>21,74</b>	<b>248</b>	<b>5,10</b>	<b>119,91</b>	<b>254,54</b>	<b>89,82</b>	<b>5,38</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 марта 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>														
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	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45,0	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		19,23	20,33	92,69	635,98	0,29	6,19	108,17	3,81	66,96	191,77	37,73	6,12	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	80	0,93	4,16	8,33	75,16	0,02	8,24	2,49	1,87	24,63	26,55	14,49	1,38	
Суп картофельный с клецками	200	1,37	2,59	9,48	67,01	0,06	9,2	163,02	1,14	12,79	35,78	14,04	0,55	
Суфле из мяса птицы (филе)	70	14,61	14,35	2,78	197,93	0,08	1,5	62,61	1,10	37,26	144,9	16,64	1,24	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
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 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 для детского питания	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	
		26,36	29,00	103,05	778,08	0,43	21,94	270	5,42	124,70	364,93	92,13	5,55	
<b>Итого за рацион</b>													<b>167,22</b>	

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

