



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 мая 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Применение наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	30/30	10,53	9,92	2,47	140,95	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,06	0,66	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,26	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	70,16	2,55	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,31	3,1	1,54	0,64	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,6	1	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,78	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,6	2,64	
Итого		19,04	15,67	67,90	492,06	0,40	17,88	89,39	1,80	56,30	159,6	100,28	7,14	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Применение наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,20	28,51	11,63	0,37	
Рыба, тушенная с овощами (филе горбуши)	90	11,79	7,4	2,64	124,58	0,13	3,82	423,27	2,63	22,22	127,39	26,98	0,63	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,99	16,79	48,68	8,66	0,69	
Чай с сахаром	200			9,88	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,3	78	0,1			0,45	8	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	
Итого		23,51	17,17	89,28	626,53	0,48	8,53	622	4,59	65,24	267,08	64,09	3,57	82,06

Начальник ОДП
 Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся
 23 мая 2022 г.

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая п	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп рисовый с мелкошинкованны ми овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	50/50	12,9	9	2,17	141,33	0,14	2,45	458,3	3,22	23,56	138,84	27,96	0,61	
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		25,5	19,6	123,5	768	0,53	19,16	663,29	5,42	86,1	288	75,9	6,2	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,1	5,68			24,61		15,68	0,94	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4							
Итого		9,23	8,74	60,02	361,77	0,13	13,68	2	0,2	14	14	8	2,8	
Итого за рацион										45,46	18,40	27,28	4,67	187,49

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.
 Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся
 23 мая 2022 г.

1 смена

Применение 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 7-11 лет														
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10.53	9.92	2.47	140.85	0.06	3.08	60	0.6	14.36	5.61	13.86	0.86	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4.81	8.49	21.54	181.6	0.16		45.75	0.4	12.84	114.75	75.18	2.56	
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	
Яблоко	120	0.48	0.48	11.76	56.4	0.04	12	6	0.24	19.2	13.2	10.8	2.64	
		18.28	19.26	62.46	499.13	0.36	17.88	111.89	1.70	55.50	154.6	104.88	6.90	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1.06	1.47	9.23	54.52	0.04	4.71	153.99	0.11	11.23	28.51	11.65	0.37	
Рыба, тушенная с овощами (филе горбуши)	40/40	10.36	7.51	1.74	116.94	0.11	1.96	366.7	2.75	18.01	111.48	22.37	0.48	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5.82	4.31	37.08	210.5	0.09		22.5	0.34	15.59	47.18	8.66	0.68	
Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.09	32.92	128.6					0.6			0.06	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0.2	20.2	92	0.02	4		0.2	14	14	8	2.8	
Итого		23.48	14.28	131.47	746.56	0.48	10.67	543	4.86	74.13	259.67	67.48	6.24	
Итого за рацион													187,49	

Начальник ОДП Исламова Н.А.

Цена

5,00

на



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 мая 2022

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
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	
Итого		17,70	15,08	50,43	407,30	0,32	3,08	83,25	1,40	32,30	138,4	93,24	4,21	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

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 рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	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	
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	
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	
Итого		22,04	13,99	89,33	565,86	0,46	6,67	543	4,66	59,83	245,67	59,48	3,41	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 мая 2022 г

Завтрак 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	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,56	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,24	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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		18	15,6	62,4	466	0,36	17,88	89,4	1,65	54	153,1	105	6,89	72,21

Обед СОП с 12-18 лет

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 рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	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	
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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	
Итого		22,52	17,70	111,33	687,61	0,46	6,67	566	4,71	61,33	247,17	59,48	3,45	82,54

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 мая 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,93	9,92	2,47	140,85	0,06	3,06	90	0,6	14,36	5,61	12,86	0,89	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,96	21,48	148,55	0,18		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,56	
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	0,27	
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	
Яблоко	120	0,44	0,44	10,78	51,7	0,03	11	5,5	0,22	17,6	12,1	9,9	2,42	
Итого		18	15,5	61,4	461	0,35	16,88	88,9	1,63	53	152,0	104	6,67	77,62

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Суп рисовый с мелкошинкованны ми овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба, тушенная с овощами (филе горбуши)	45/45		5		44,95				3,12	20,42		25,14		
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,08	
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	
Итого		12,16	15,09	109,59	616,62	0,35	4,71	199	5,08	63,74	135,69	62,25	2,97	87,95

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



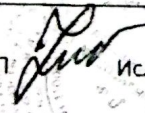
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ИЦП ГО г. Уфа
 В.К. Смирнова

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 мая 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	0,08	60	0,6	14,36	5,61	13,76	0,88	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,36	11,64	113,26	75,18	2,56	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,94	
		18,24	15,57	62,40	466,08	0,36	17,88	89,39	1,65	54,30	153,10	104,88	6,98	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	163,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,97	
Рыба, тушенная с овощами (филе горбуши)	50/50	12,9	9	2,17	141,33	0,14	2,45	456,3	3,22	23,56	136,84	27,96	0,61	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,59	1,06	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	6	2,8	
		27,17	15,60	139,30	806,44	0,53	11,16	635	5,49	62,41	206,16	74,80	6,55	
Итого за рацион													196,23	

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

