



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДНГО г.
 Уфа
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 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 | |
| Горошек зеленый консервированный | 20 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12 | 0,53 | 3 | 15 | 0,56 | 6 | 18,6 | 6,3 | 0,21 | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,06 | 0,54 | 271,36 | 1,55 | 250,58 | 263,56 | 23,98 | 2,32 | |
| 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 витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 | 0,15 | 10 | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 92 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 22,77 | 21,10 | 34,78 | 423,45 | 0,39 | 14,14 | 286,36 | 2,06 | 361,58 | 331,7 | 48,48 | 3,38 | 74,70 |

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 растительным маслом | 60 | 1,12 | 5,07 | 6,58 | 76,37 | 0,01 | 7,48 | 1,5 | 2,27 | 29,85 | 32,26 | 16,59 | 1,06 | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 200/15 | 6,62 | 3,88 | 28,57 | 175,69 | 0,28 | 9,32 | 269,52 | 1,94 | 34,14 | 85,12 | 32,01 | 2,25 | |
| Жаркое подомашнему из мяса птицы* | 180 | 10,37 | 13,1 | 21,24 | 244,32 | 0,19 | 27,28 | 28,4 | 2,64 | 25,33 | 144,18 | 38,67 | 1,8 | |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 18,99 | 78,65 | 0,01 | 4 | 2 | 0,08 | 6,85 | 4,4 | 3,6 | 0,93 | |
| 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 | | 29,07 | 32,81 | 105,59 | 719,03 | 0,71 | 48,08 | 241 | 8,19 | 110,90 | 324,46 | 107,87 | 7,69 | 82,06 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

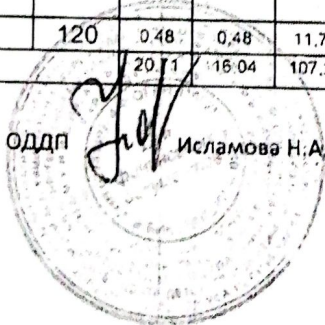
Школьное меню для организации питания обучающихся

24 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 | Мg | Fe | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,54 | 271,35 | 1,55 | 250,58 | 293,56 | 23,98 | 2,32 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,98 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,52 | |
| 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 витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 | 0,15 | 10 | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| | | 21,92 | 28,29 | 32,96 | 477,55 | 0,36 | 11,14 | 318,38 | 2,10 | 378,06 | 318,1 | 42,18 | 3,19 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 200/15 | 6,62 | 3,88 | 28,57 | 175,69 | 0,28 | 9,32 | 209,52 | 1,94 | 34,14 | 85,12 | 32,01 | 2,25 | |
| Жаркое домашнему из мяса птицы* | 150 | 8,65 | 10,92 | 17,71 | 293,74 | 0,16 | 22,76 | 23,88 | 2,45 | 21,13 | 120,25 | 32,26 | 1,5 | |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 18,89 | 78,85 | 0,01 | 4 | 2 | 0,08 | 6,85 | 4,4 | 3,6 | 0,53 | |
| 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 за рацион | | 20,71 | 16,04 | 107,23 | 659,48 | 0,71 | 48,08 | 241 | 5,87 | 96,02 | 281,47 | 95,47 | 8,97 | 187,49 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДШГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 2022 г

| Пример 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 | Мg | Fe | |
| Обед с 7-11 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и грибами | 250/15 | 6,62 | 3,68 | 28,97 | 175,69 | 0,28 | 9,32 | 209,62 | 1,94 | 34,14 | 85,12 | 32,51 | 2,25 | |
| Жаркое по-домашнему из мяса птицы | 160 | 11,48 | 14,43 | 23,66 | 270,36 | 0,21 | 30,39 | 31,69 | 3,23 | 28,13 | 159,83 | 43 | 2 | |
| 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 | | 22,88 | 18,91 | 92,61 | 629,95 | 0,71 | 39,71 | 241 | 6,13 | 77,27 | 303,45 | 91,81 | 5,93 | 65,00 |
| Полдник с 7-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Плюшка московская | 100 | 6,67 | 6,69 | 58,38 | 328,12 | 0,13 | 0,09 | 41,02 | 1,36 | 29,75 | 78,71 | 13,54 | 1,06 | |
| 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 | |
| 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 | | 9,21 | 7,18 | 90,31 | 466,70 | 0,17 | 14,89 | 47,2 | 1,61 | 52,35 | 93,5 | 25,18 | 3,80 | 45,00 |

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 мая 2022 г

2 смена

| Пример пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая | 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 картофельный с горохом и гречками | 250/15 | 6,62 | 3,88 | 28,57 | 175,69 | 0,28 | 9,32 | 209,52 | 1,94 | 34,14 | 85,12 | 32,01 | 2,25 | |
| Филе грудки отварное | 25 | 5,92 | 5,08 | 0,29 | 70,12 | | | | 0,1 | 6,57 | | 6,36 | | |
| Жаркое по- домашнему из мяса птицы | 200 | 11,46 | 14,43 | 23,66 | 270,36 | 0,21 | 30,39 | 31,69 | 3,23 | 28,13 | 159,83 | 43 | 2 | |
| 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 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30 ед. | 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 | | 29,96 | 24,35 | 121,91 | 830,82 | 0,74 | 47,71 | 243 | 6,51 | 104,39 | 321,85 | 109,77 | 9,63 | |
| Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Плюшка московская | 100 | 8,67 | 6,69 | 58,38 | 328,12 | 0,13 | 0,09 | 41,02 | 1,36 | 29,75 | 78,71 | 13,54 | 1,06 | |
| 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 | |
| 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 | | 9,21 | 7,18 | 90,31 | 466,70 | 0,17 | 14,89 | 47,2 | 1,61 | 52,35 | 93,5 | 25,18 | 3,80 | 187,49 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

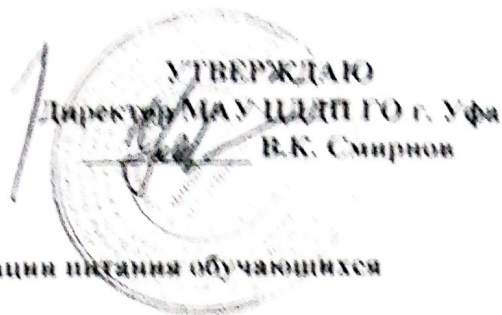
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДШГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)
24 мая 2022 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 | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,54 | 271,36 | 1,55 | 250,68 | 293,56 | 23,98 | 2,32 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,06 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Чай с лимоном (сах диабет) | 200 | 0,06 | 0,01 | 0,21 | 2,38 | | 2,8 | 0,14 | 0,01 | 2,8 | 1,54 | 0,84 | 0,04 | |
| 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 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара) | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Яблоко | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 0,04 | 12 | 6 | 0,24 | 19,2 | 13,2 | 10,8 | 2,64 | |
| | | 22,46 | 28,78 | 32,53 | 485,33 | 0,27 | 15,94 | 322,50 | 2,41 | 402,78 | 350,3 | 62,22 | 6,02 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп гороховый с гречками (сах.диабет) | 250/20 | 10,79 | 5,08 | 38,34 | 242,99 | 0,37 | 4,2 | 600,74 | 2,49 | 72,78 | 159,11 | 59,69 | 3,35 | |
| Жаркое по- домашнему из мяса птицы (филе)* | 200 | 11,39 | 14,37 | 23,65 | 269,48 | 0,21 | 30,39 | 31,53 | 3,23 | 28,08 | 159,19 | 42,92 | 1,99 | |
| Компот из свежих плодов (б/сах) | 200 | 0,16 | 0,16 | 3,92 | 18,8 | 0,01 | 4 | 2 | 0,08 | 6,4 | 4,4 | 3,6 | 0,88 | |
| 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 | |
| | | 24,74 | 19,91 | 79,71 | 597,27 | 0,71 | 38,59 | 634 | 6,31 | 115,96 | 361,70 | 118,81 | 7,12 | |
| Всего за рацион | | | | | | | | | | | | | | 187,49 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

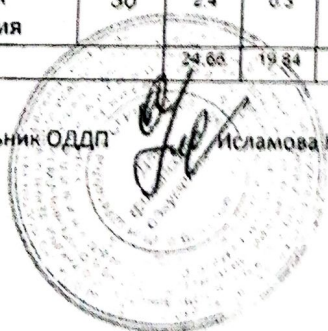


Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 2022 г

| Примечание, наименование 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 | |
| Завтрак с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,84 | 271,36 | 1,88 | 290,68 | 263,58 | 33,08 | 2,30 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,01 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,48 | 6 | 19,3 | 4,2 | 0,78 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,8 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 118 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 21,84 | 21,04 | 33,11 | 412,35 | 0,21 | 1,14 | 271,36 | 2,00 | 378,68 | 313,06 | 42,18 | 3,20 | 68,00 |
| Обед с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/20 | 8,47 | 4,87 | 37,09 | 226,11 | 0,38 | 11,85 | 281,9 | 2,48 | 43,17 | 108,03 | 40,38 | 2,88 | |
| Жаркое домашнему из мяса птицы* | 200 | 11,39 | 14,37 | 23,65 | 280,48 | 0,21 | 30,39 | 31,53 | 3,23 | 28,08 | 189,18 | 42,82 | 1,88 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | 0,48 | 6 | 19,3 | 4,2 | 0,78 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 68 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 36 | 12,6 | 0,8 | |
| Итого | | 24,66 | 19,54 | 101,02 | 679,49 | 0,79 | 42,04 | 293 | 8,69 | 200,28 | 328,72 | 102,08 | 6,32 | 70,00 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 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 | |
| Завтрак СОП с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,54 | 271,36 | 1,55 | 250,68 | 293,56 | 23,98 | 2,32 | |
| Чай витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 | 0,15 | 10 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 45 | 3,6 | 0,45 | 24,75 | 117 | 0,15 | | | 0,68 | 9 | 29,25 | 6,3 | 1,13 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 23,04 | 21,19 | 41,08 | 450,45 | 0,41 | 11,14 | 271,36 | 2,23 | 378,68 | 322,81 | 44,28 | 3,55 | 72,21 |
| Обед СОП с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/20 | 8,47 | 4,87 | 37,09 | 226,11 | 0,36 | 11,65 | 261,9 | 2,46 | 43,17 | 108,03 | 40,36 | 2,88 | |
| Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)* | 200 | 11,39 | 14,37 | 23,65 | 269,48 | 0,21 | 30,39 | 31,53 | 3,23 | 28,08 | 159,19 | 42,92 | 1,99 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | 0,3 | | | | |
| 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 | | 24,66 | 19,84 | 91,04 | 639,59 | 0,79 | 42,04 | 293 | 6,65 | 86,25 | 325,72 | 100,08 | 6,52 | 82,54 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

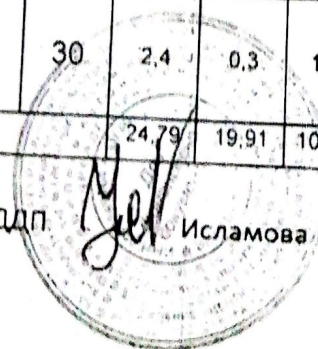
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦ ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 2022 г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | Я | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | |
| Завтрак ММС с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,54 | 271,36 | 1,55 | 250,68 | 293,56 | 23,98 | 2,32 | |
| Чай витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 | 0,15 | 10 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 45 | 3,6 | 0,45 | 24,75 | 117 | 0,15 | | | 0,68 | 9 | 29,25 | 6,3 | 1,13 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 23,04 | 21,19 | 41,08 | 450,45 | 0,41 | 11,14 | 271,36 | 2,23 | 378,68 | 322,81 | 44,28 | 3,55 | 77,62 |
| Обед ММС с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/20 | 8,47 | 4,87 | 37,09 | 226,11 | 0,36 | 11,65 | 261,9 | 2,46 | 43,17 | 108,03 | 40,36 | 2,88 | |
| Жаркое домашнему из мяса птицы | 200 | 11,46 | 14,43 | 23,66 | 270,36 | 0,21 | 30,39 | 31,69 | 3,23 | 28,13 | 159,83 | 43 | 2 | |
| 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 | |
| Итого | | 24,79 | 19,91 | 101,24 | 682,75 | 0,79 | 44,84 | 294 | 6,66 | 89,10 | 327,90 | 101,00 | 6,60 | 87,95 |

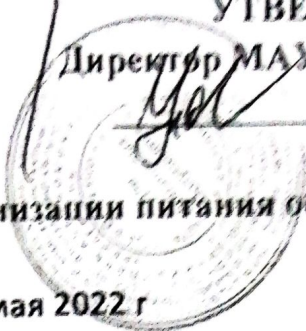
Начальник ОДП.  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

24 мая 2022 г

1 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 | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет запеченный с сыром | 130 | 16,24 | 17,54 | 2,13 | 232,45 | 0,08 | 0,54 | 271,36 | 1,55 | 250,82 | 290,56 | 20,58 | 2,32 | |
| 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 | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 | 0,17 | | | 0,75 | 10 | 32,5 | 7 | 1,25 | |
| Чай витаминизира- ванный | 200 | | | 9,7 | 39 | 0,15 | 10 | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Яблоко | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 0,04 | 12 | 6 | 0,24 | 19,2 | 13,2 | 10,8 | 2,64 | |
| | | 24,00 | 28,97 | 55,72 | 585,95 | 0,47 | 23,14 | 322,36 | 2,84 | 401,28 | 342,26 | 55,78 | 6,33 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/15 | 6,62 | 3,88 | 28,57 | 175,69 | 0,28 | 9,32 | 209,52 | 1,94 | 34,14 | 85,12 | 32,01 | 2,25 | |
| Жаркое по- домашнему из мяса птицы | 200 | 11,46 | 14,43 | 23,66 | 270,36 | 0,21 | 30,39 | 31,69 | 3,23 | 28,13 | 159,83 | 43 | 2 | |
| 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 | |
| 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 | 6,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| Итого | | 23,04 | 19,07 | 101,42 | 668,70 | 0,72 | 43,71 | 243 | 6,21 | 83,82 | 307,85 | 95,41 | 6,83 | 196,23 |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

