

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

31 мая 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

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)	30/30	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,66	0,66	
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 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	
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		19,04	15,67	67,90	492,08	0,40	17,88	89,39	1,80	56,30	159,6	106,28	7,14	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	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, тушеная 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	48,66	8,66	0,89	
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		23,51	17,40	89,29	606,55	0,48	8,53	622	4,59	65,24	263,08	64,09	3,57	82,06

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

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



Школьное меню для организации питания обучающихся
31 мая 2022 г.

1 смена

Приним лица, 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	
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	0,99	
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	19,20	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	7,61	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	
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	0,1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		23,18	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.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся
31 мая 2022 г.

2 смена

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	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
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, тушенная 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	128,8					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		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		9,23	8,74	60,02	361,77	0,13	13,68	2	0,28	45,46	18,40	27,28	4,67	
Итого за рацион														187,49

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

31 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	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
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, тушеная с овощами (филе горбуши)	35/35	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	130/4	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	88,33	565,86	0,46	6,67	543	4,66	59,83	245,67	59,48	3,41	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
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	
Итого		8,23	8,54	39,82	269,77	0,11	9,68	2,0	0,08	31,46	4,4	19,28	1,87	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся



УТВЕРЖДАЮ

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

31 мая 2022

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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	10,53	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)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Суп рисовый с мелкошинкованной 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)	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	88,33	565,86	0,46	6,67	543	4,66	59,83	245,67	59,48	3,41	70,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



Директор школы



Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

31 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	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 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	
		18,24	15,57	62,40	466,08	0,36	17,88	89,39	1,65	54,30	153,10	104,88	6,89	
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	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Рыба, тушенная 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	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	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	8	2,8	
		27,12	15,80	139,30	806,44	0,53	11,16	635	5,49	82,41	296,16	74,80	6,55	
Итого за рацион														196,23

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

31 мая 2022 г

Завтрак СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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	2,55	
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	
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)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп рисовый с мелкошинкованн ыми 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	17,76	111,33	647,61	0,46	6,67	566	4,71	61,33	247,17	59,48	3,45	82,54

Начальник ОДЛ

Сламова Н.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

Школьное меню для организации питания обучающихся

31 мая 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност	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 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	0,44	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 порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	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			0,06	
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		12,16	15,09	109,99	615,62	0,35	4,71	199	5,08	63,74	135,69	62,25	2,97	87,95

Начальник ОДП  Исламова Н.А.