



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Рыба отварная под маринадом (филе минтая)	35/35	7,31	3,31	2,86	71,00	0,06		346,27		25,41	116,78	31,79	0,57	
Каша рисовая вязкая с маслом	130/4	2,08	3,19	21,44	122,68	0,02		18,00	0,16	5,85	44,55	14,60	0,32	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
<b>Итого</b>		<b>11,85</b>	<b>12,60</b>	<b>50,88</b>	<b>364,46</b>	<b>0,18</b>		<b>400,27</b>	<b>0,24</b>	<b>39,48</b>	<b>183,23</b>	<b>50,59</b>	<b>1,69</b>	<b>59,76</b>
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,43	2,98	10,98	76,71	0,04		169,27		12,58	34,62	13,49	0,41	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>25,65</b>	<b>22,86</b>	<b>101,73</b>	<b>712,87</b>	<b>0,51</b>		<b>766,25</b>	<b>1,28</b>	<b>70,98</b>	<b>281,06</b>	<b>68,74</b>	<b>4,64</b>	<b>67,12</b>

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.*



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Пятидневное меню для организации питания обучающихся.

19 октября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак+обед ОБЯЗАТЕЛЬНЫ 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рыба отварная под маринадом (филе минтая)	50/50	10,41	4,73	3,93	100,56	0,09	492,10			36,44	166,24	45,01	0,80	
Картофель отварной с маслом	150/5	3,88	4,59	28,74	171,74	0,19	27,30			20,14	94,30	36,98	1,47	
Мясо сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88		36,00	0,08	1,92	2,40			0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10			6,00	19,50	4,20		0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90				0,30				0,03	
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,43	2,98	10,98	76,71	0,04	169,27			12,58	34,62	13,49	0,41	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08	574,48			22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09	22,50			15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01	2,00			6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10			6,00	19,50	4,20		0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>40,96</b>	<b>38,24</b>	<b>162,15</b>	<b>1155,10</b>	<b>0,82</b>	<b>1 323,65</b>	<b>0,59</b>	<b>137,43</b>	<b>548,40</b>	<b>152,93</b>	<b>8,06</b>	<b>143,54</b>	

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Питательное меню для организации питания обучающихся.

09 октября 2022 г.

Примен. блюда, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<i>обед/ужинчик ОПЗ, выпалены 7-11 лет (2 СМЕНА)</i>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,43	2,98	10,98	76,71	0,04		169,27		12,58	34,62	13,49	0,41	
Мясо птицы, приушенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45,00		16,79	48,68	8,66	0,89	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Курник 100 гр	100	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	#			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>30,37</b>	<b>31,48</b>	<b>127,82</b>	<b>916,08</b>	<b>0,56</b>	<b>#</b>	<b>843,47</b>	<b>1,28</b>	<b>199,23</b>	<b>299,80</b>	<b>88,68</b>	<b>5,79</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦП ГО г. Уфа

*[Signature]*  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг )	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,43	2,98	10,98	76,71	0,04		169,27		12,58	34,62	13,49	0,41	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
<b>Итого</b>		<b>25,65</b>	<b>22,86</b>	<b>101,73</b>	<b>712,87</b>	<b>0,51</b>		<b>766,25</b>	<b>1,28</b>	<b>70,98</b>	<b>281,06</b>	<b>68,74</b>	<b>4,64</b>	<b>67,12</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,10	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>11,27</b>	<b>11,58</b>	<b>35,41</b>	<b>293,02</b>	<b>0,13</b>	<b>6,28</b>			<b>143,91</b>		<b>29,68</b>	<b>1,07</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДЦП *[Signature]* Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Рыба отварная под маринадом (филе минтая)	40/40	8,34	3,78	3,22	80,85	0,07		94,88		29,09	133,26	36,20	0,65	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00		0,07	23,80	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
<b>Итого</b>		<b>16,64</b>	<b>10,83</b>	<b>60,17</b>	<b>405,35</b>	<b>0,24</b>	<b>0,07</b>	<b>141,18</b>	<b>0,64</b>	<b>144,20</b>	<b>270,71</b>	<b>64,13</b>	<b>2,12</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 11-18 лет (родительская плата)</b>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,75	3,53	13,69	93,89	0,05		210,33		14,17	42,53	16,74	0,50	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		527,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>26,84</b>	<b>24,98</b>	<b>102,02</b>	<b>738,65</b>	<b>0,47</b>		<b>860,03</b>	<b>0,51</b>	<b>71,60</b>	<b>291,44</b>	<b>70,46</b>	<b>4,47</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.






УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг )	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак+обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )</b>														
Рыба отварная под маринадом (филе минтая)	40/40	8,34	3,78	3,22	80,85	0,07		394,88		29,09	133,26	36,20	0,65	
Картофель отварной с маслом	150/5	3,88	4,59	28,74	171,74	0,19		27,30		20,14	94,30	36,98	1,47	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,75	3,53	13,69	93,89	0,05		210,33		14,17	42,53	16,74	0,50	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		527,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,80	0,14	0,01	3,40	1,54	0,84	0,10	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>40,45</b>	<b>40,78</b>	<b>163,38</b>	<b>1182,03</b>	<b>0,81</b>	<b>2,80</b>	<b>327,3</b>	<b>0,62</b>	<b>129,90</b>	<b>533,91</b>	<b>146,95</b>	<b>7,28</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.






УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>обед+полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,75	3,53	13,69	93,89	0,05		210,33		14,17	42,53	16,74	0,50	
Филе грудки отварное	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,80	0,14	0,01	3,40	1,54	0,84	0,10	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Курник 100 гр	100	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	16,26	67,10	0,01		2,00		6,70	4,40	3,60	0,91	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>35,31</b>	<b>31,86</b>	<b>135,68</b>	<b>971,55</b>	<b>0,59</b>	<b>3,40</b>	<b>822,05</b>	<b>1,29</b>	<b>207,94</b>	<b>346,47</b>	<b>96,79</b>	<b>6,25</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

09 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг )	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 11-18 лет ММС,СВО, СОП</b>														
Рыба отварная под маринадом (филе минтая)	40/40	8,34	3,78	3,22	80,85	0,07		894,88		29,09	133,26	36,20	0,65	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
<b>Итого</b>		<b>13,21</b>	<b>8,07</b>	<b>54,67</b>	<b>344,35</b>	<b>0,20</b>		<b>417,38</b>		<b>42,20</b>	<b>204,21</b>	<b>57,23</b>	<b>1,80</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 11-18 лет ММС,СВО,СОП</b>														
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	1,75	3,53	13,69	93,89	0,05		210,33		14,17	42,53	16,74	0,50	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		527,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>26,84</b>	<b>24,98</b>	<b>102,02</b>	<b>738,65</b>	<b>0,47</b>		<b>860,03</b>	<b>0,51</b>	<b>71,60</b>	<b>291,44</b>	<b>70,46</b>	<b>4,47</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.