



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет


Завтрак

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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/4	6,27	7,35	28,46	205,56	0,18	0,98	34,5	0,57	111,2	176,94	53,25	1,31	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,00			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	25	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		12,73	16,75	65,04	464,34	0,35	1,58	70,50	1,25	240,42	205,3	72,85	2,43	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, трипущенное в томатном соусе (филе грудки)	45/45	11,92	11,18	2,76	150,91	0,07	3,47	91,98	0,84	15,99	104,73	15,66	0,99	
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	9,66	0,98	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
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	
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	80	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		26,32	22,32	105,19	724,47	0,47	3,47	114	5,46	74,59	233,16	65,33	4,20	82,06

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
14 октября 2022 г.

1 смена

Приним 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														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,40	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Магlo сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	76				0,45	6		4,2		
Чай витаминизированный	200			9,7	36	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	0,46	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		15,06	21,96	71,07	542,97	0,40	23,65	113,80	1,41	358,04	253,4	87,75	4,14	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,90	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,26	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,81	13,66	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,06	210,5	0,09		22,5	0,04	15,59	47,18	6,66	0,66	
Чай с сахаром	200			9,88	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,6	76				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,6	66	0,12			0,51	8,7	3,9	12,6	0,9	
		22,93	20,81	92,05	645,41	0,27	3,76	83	4,82	67,06	91,79	57,23	2,66	
Итого за рацион														187,49

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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

(Handwritten signature)

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г

2 смена

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	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11			17,91	
Мясо птицы, тригущенное в томатном соусе (филе грудки)	50/50	13,25	12,58	3,05	177,65	0,07	3,86	102,2	1,01	17,92	115,35	17,4	1,1	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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		27,84	27,43	133,82	808,09	0,62	27,96	147	5,64	88,25	227,16	70,50	5,87	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Плюшка уфимская	100	8,62	8,45	58,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	75,92	13,54	1,05	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,55	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Георг детский расованный	50	1057,78	1057,78	1487,5	20494,43	9,91	198,34			39336,11		4627,76	33,07	
Итого		1066,56	1066,39	1504,69	20916,43	10,05	202,43	14,2	4,19	39371,18	81,3	4644,90	35,05	187,49

Начальник ОДП

(Handwritten signature)

Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г

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	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Фасоль с перловой крупой и сметаной	200/5	3.1	11.38	14.8	136				1.94	18.56		14.42		
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	
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				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2.4	0.3	16.5	78				0.45	6		4.2		
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		24.25	26.21	94.63	671.25	0.27	3.08	83	4.34	63.51	91.79	53.74	2.66	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Плюшка московская	75	6.48	5.01	43.73	245.71	0.1	0.07	30.57	1.02	22.13	58.85	10.1	0.79	
Чай с сахаром	200			9.98	39.9					0.3				
Творог детский фасованный	50	63.49	63.49	89.29	1230.16	0.6	11.91			2361.11		277.78	1.99	
Итого		69.97	68.50	143.00	1515.77	0.70	11.98	30.6	1.02	2363.54	58.9	287.88	2.78	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



СОФ. ИАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся


14 октября 2022 г.

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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/4	6,27	7,35	28,46	205,55	0,18	0,98	34,5	0,57	111,2	176,94	53,25	1,31	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Чай с сахаром	200			9,98	39,7					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		15,30	13,61	64,94	446,46	0,35	1,65	58,30	1,21	332,50	262,9	78,35	2,48	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	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16					2,42	22,11		17,91	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	35/35	10,53	9,92	2,47	140,35	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,13	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,7					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		22,93	20,81	92,05	645,41	0,27	3,08	83	4,82	67,06	91,73	57,23	2,66	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г.

1 смена

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность в 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														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	76,48	212,17	0,16	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Масло сливочное	10	0,68	7,25	0,13	65,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	55,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		15,06	21,96	71,07	548,67	0,40	23,65	113,80	1,41	350,04	253,44	87,75	4,14	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,96	12,22	110,15				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе курицы)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,06	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,64	15,59	47,18	8,66	0,88	
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				0,45	6		4,2		
Хлеб пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	33	12,6	0,9	
		22,93	20,81	42,05	645,41	0,27	3,08	83	4,82	67,05	91,79	57,23	2,66	
Итого за рацион														167,22

Начальник ОДП Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г

2 смена

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	
Обед ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
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	13,65	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	55,31	10,39	1,05	
Витаминизированн ый кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	76				0,45	6		4,2		
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		25,08	21,14	133,17	628,00	0,61	27,18	83	5,18	83,49	114,92	66,95	5,64	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Плюшка московская	100	8,62	8,45	58,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	76,92	13,54	1,05	
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Теорог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,91			2361,11		277,78	1,99	
Итого		72,27	72,10	166,48	1652,16	0,74	16,00	14,2	4,19	2396,18	81,3	294,92	3,97	167,22

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с	150/5	6,27	8,07	26,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	2,5	5,6	1	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		15	20,1	64,8	505	0,50	11,65	98,8	1,30	340	265,6	78	2,50	72,21

Обед ММС с 12-18 лет

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	
Рассольник с тепловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, при тушенное в томатном соусе	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,65	0,88	
Манаронные 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			9,58	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	5,6	12,5	0,9	
Бублик	120	0,43	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		23,41	21,79	103,81	751,81	0,31	16,06	89	5,06	86,26	104,99	68,03	5,30	82,54

Начальник ОЛДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2022 г

Завтрак СОП с 12-18 лет

Прим. 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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	26,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,1			36	0,03	1,92	2,4		0,02	
Чай витаминизирован	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	15,5	76				0,45	6		4,2		
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		15	20,0	59,3	479	0,36	11,65	98,8	1,15	338	239,6	77	1,50	72,21

Обед СОП с 12-18 лет

Прим. 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	
Рассольник с пшенной крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,15				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,75	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5				0,84	15,59		8,66		
Чай с сахаром	200			9,30	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	15,5	76				0,45	6		4,2		
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		22,93	20,81	92,05	645,41	0,18	3,08	60	4,82	67,06	44,61	57,23	1,78	82,54

Начальник ОДП

Григорьев

Исламов И.И.