















СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г.

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	
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,87	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	170	3,73	5,75	25,03	167,33				0,2	60,64		37,03		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,5	8	26	5,6	1	
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	
<b>Итого</b>		<b>16,31</b>	<b>10,49</b>	<b>59,88</b>	<b>401,14</b>	<b>0,22</b>	<b>6,41</b>	<b>412,47</b>	<b>2,78</b>	<b>105,10</b>	<b>177,9</b>	<b>85,29</b>	<b>1,81</b>	<b>74,70</b>

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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,96	92,52	0,05	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным	60/30	7,01	6,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,5	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,46	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,8			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	56	0,12			0,51	8,7	38	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>19,32</b>	<b>19,99</b>	<b>107,04</b>	<b>646,80</b>	<b>0,47</b>	<b>21,37</b>	<b>295</b>	<b>4,50</b>	<b>72,18</b>	<b>231,10</b>	<b>119,25</b>	<b>5,63</b>	<b>82,06</b>

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 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	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,57	10,16	100,52	0,06	19,89	221,7	1,95	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,51	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	6,49	21,54	181,6	0,16		45,75	0,4	12,84	114,75	75,18	2,56	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>21,89</b>	<b>23,82</b>	<b>128,83</b>	<b>814,95</b>	<b>0,55</b>	<b>25,39</b>	<b>312</b>	<b>5,00</b>	<b>95,68</b>	<b>265,90</b>	<b>132,60</b>	<b>8,87</b>	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Курник	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,68	1,23	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,99	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,5	0,93	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>14,33</b>	<b>13,37</b>	<b>58,43</b>	<b>403,10</b>	<b>0,18</b>	<b>23,67</b>	<b>31,3</b>	<b>3,76</b>	<b>67,48</b>	<b>130,7</b>	<b>35,28</b>	<b>4,80</b>	<b>187,49</b>

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г.

1 смена

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	В	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	8,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,33	141,87				0,17	46,65		35,12		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
		19,02	8,41	58,15	373,10	0,22	3,51	412,33	2,74	88,31	176,3	81,54	1,74	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,57	216,35	1,95	40,55	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,82	128,5					0,5			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30	30	2,4	0,3	16,6	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	5,7	35	12,6	0,9	
Сок фруктовый 0,2	200	1	8,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		19,92	16,24	118,49	726,80	0,37	25,37	295	4,62	85,18	222,35	126,55	7,55	
<b>Итого за рацион:</b>														<b>187,49</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г

2 смена

Привеи 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	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	6,49	21,54	181,6	0,16		45,75	0,4	12,84	114,75	75,18	2,56	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,66	11,6	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,6	
<b>Итого</b>		<b>21,69</b>	<b>23,82</b>	<b>126,93</b>	<b>614,95</b>	<b>0,55</b>	<b>25,39</b>	<b>312</b>	<b>5,00</b>	<b>95,88</b>	<b>265,90</b>	<b>132,60</b>	<b>8,87</b>	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
Курник	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	76,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Яблоко	120	0,46	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>11,31</b>	<b>13,37</b>	<b>58,43</b>	<b>403,10</b>	<b>0,18</b>	<b>23,57</b>	<b>31,3</b>	<b>3,76</b>	<b>57,48</b>	<b>130,7</b>	<b>35,28</b>	<b>4,80</b>	<b>196,23</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.







Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г

1 смена

Прим. блюд, 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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,06	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
		16,47	10,52	61,12	408,52	0,42	34,76	451,55	2,79	105,52	293,02	86,66	3,27	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,87	10,16	100,52	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	6,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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				0,45	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			20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		90,99	20,29	122,95	757,00	0,40	25,39	290	4,69	91,45	247,75	142,02	8,06	
<b>Итого за рацион</b>														<b>196,23</b>

Начальник ОДДП  Исмаилова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
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		
<b>Итого</b>		<b>15,02</b>	<b>9,74</b>	<b>51,22</b>	<b>353,47</b>	<b>0,24</b>	<b>29,58</b>	<b>445,24</b>	<b>2,60</b>	<b>93,24</b>	<b>247,5</b>	<b>78,51</b>	<b>2,02</b>	<b>65,00</b>

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,88	21,48	148,55	0,16		23,25	0,36	11,64	113,25	75,18	2,55	
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 ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>18,95</b>	<b>75,35</b>	<b>545,10</b>	<b>0,35</b>	<b>21,37</b>	<b>295</b>	<b>4,42</b>	<b>70,88</b>	<b>208,35</b>	<b>118,55</b>	<b>4,69</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ-ЦДН ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г

Прим. лица, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,07	4,05	5,2	62,2				1,56	33,58			19,27	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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				
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	
<b>Итого</b>		<b>17,65</b>	<b>18,08</b>	<b>70,57</b>	<b>514,78</b>	<b>0,29</b>	<b>1,50</b>	<b>68</b>	<b>4,03</b>	<b>63,58</b>	<b>156,88</b>	<b>113,85</b>	<b>3,57</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,1	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>9,07</b>	<b>8,58</b>	<b>51,11</b>	<b>323,02</b>	<b>0,12</b>	<b>9,68</b>	<b>0,0</b>	<b>0,20</b>	<b>38,91</b>	<b>14,0</b>	<b>23,68</b>	<b>3,74</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДПТ  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022 г

Завтрак ММС 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	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,53	141,67				0,17	46,65		35,12		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,08	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>8,4</b>	<b>58,4</b>	<b>375</b>	<b>0,22</b>	<b>6,41</b>	<b>412,5</b>	<b>2,75</b>	<b>91</b>	<b>177,9</b>	<b>82</b>	<b>1,81</b>	<b>77,62</b>

Обед ММС 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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,05	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>18,95</b>	<b>88,87</b>	<b>600,20</b>	<b>0,65</b>	<b>41,47</b>	<b>265</b>	<b>4,42</b>	<b>70,58</b>	<b>208,35</b>	<b>118,55</b>	<b>4,69</b>	<b>87,95</b>

Начальник ОДДП Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 сентября 2022

Завтрак 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	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,38	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,53	141,87				0,17	46,65		35,12		
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			0,8	8	26	5,6	1	
<b>Итого</b>		<b>16,08</b>	<b>8,42</b>	<b>58,36</b>	<b>375,48</b>	<b>0,22</b>	<b>6,41</b>	<b>412,47</b>	<b>2,75</b>	<b>91,11</b>	<b>177,9</b>	<b>82,48</b>	<b>1,81</b>	<b>72,21</b>

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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,38	4,63	2,6	0,12	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
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	13,6	86	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>19,48</b>	<b>19,16</b>	<b>80,67</b>	<b>597,20</b>	<b>0,37</b>	<b>25,37</b>	<b>285</b>	<b>4,62</b>	<b>84,58</b>	<b>222,35</b>	<b>126,55</b>	<b>7,49</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.