









Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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	
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	52,88			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	26	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	206,3	72,85	2,43	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	
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)	45/45	11,92	11,18	2,76	158,91	0,07	3,47	91,98	0,84	16,99	104,73	15,88	0,99	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	1,05	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					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	
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	
Итого		24,45	22,52	80,36	662,27	0,53	3,47	92	4,54	72,27	271,61	67,27	4,24	82,06

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
08 ноября 2022 г.

1 смена

Прием 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														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,95	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Масло сливочное	10	0,08	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	0,5	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			8,7	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	18,84	81,6				0,24	19,2		10,8		
		15,06	21,99	76,18	573,87	0,36	11,85	107,80	1,41	358,04	240,2	87,75	1,50	
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, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,95	0,06	3,08	80	0,8	14,36	5,61	13,88	0,88	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	86,95	31,30	1,05	
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	12,8	0,8	
		21,46	21,56	79,97	596,21	0,34	3,08	80	3,05	65,74	133,40	78,87	2,93	
Итого за рацион													187,49	

Начальник ОДЛП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы


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


Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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 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, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,55	13,54	2,61	174,1				2,22	12,56		13,78		
Каша пшенная вязкая с маслом	180/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	68,88	31,30	1,05	
Витаминизиров анный 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	65	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		22,48	25,18	113,83	776,56	0,60	24,10	0	5,80	77,64	141,88	87,79	4,75	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 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 плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Творог детский фасованный	50	1057,78	1057,78	1487,5	20494,43	9,91	198,34			39336,11		4627,76	33,07	
Итого		1066,56	1066,39	1564,69	20916,43	10,05	202,43	14,2	4,19	39371,18	61,3	4644,90	35,05	187,49

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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)														
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)	45/45	11,92	11,18	2,76	158,91	0,07	3,47	91,98	0,84	15,99	104,73	15,66	0,99	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	1,05	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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	
Итого		24,45	22,82	90,36	662,27	0,53	3,47	92	4,54	72,27	271,61	67,27	4,24	82,06
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	83,49	89,29	1230,18	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	2383,54	58,9	287,88	2,76	45,00

Начальник ОДП

Исламова И.А.





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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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	28,48	212,17	0,18	0,98	39	0,50	111,44	177,24	53,25	1,31	
Масло сливочное	10	0,08	7,28	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	78				0,45	6		4,2		
Чай витаминизированный	200			8,7	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	
		15,06	21,96	71,07	548,67	0,40	23,65	113,80	1,41	358,04	253,44	87,75	4,14	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	8,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,88	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	69,88	31,30	1,05	
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	13,6	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		21,46	21,36	79,97	596,21	0,34	3,06	60	3,98	65,74	133,49	79,87	2,83	
Итого за рацион													167,22	

Начальник ОДДП Истамова Н.А.





СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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	Ca	P	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	10,63	9,92	2,47	140,85	0,06	3,06	60	0,6	14,36	5,61	13,88	0,88	
Каша пшениная вязкая с маслом	180/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	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	16,6	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	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		22,48	21,56	113,69	743,31	0,66	27,18	60	4,18	79,44	147,49	87,87	5,63	
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 плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,85	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Творог 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	2398,18	81,3	294,92	3,97	167,22

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 2022 г.

Завтрак СОП 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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,88	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 витаминизирован	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	52	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

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	
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	13,86	0,88	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	1,05	
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	
Итого		21,46	21,36	79,97	596,21	0,34	3,08	60	3,98	65,74	133,49	79,87	2,83	82,54

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

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	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,56		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 витаминизированн ый	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				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 ММС с 12-18 лет

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	
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	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,08	3,08	60	0,8	14,36	5,81	13,86	0,88	
Каша пшениная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	1,05	
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	
Итого		21,46	21,36	79,97	596,21	0,34	3,08	60	3,98	65,74	133,49	79,87	2,83	82,54

Начальник ЦДДП

Исламова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся

08 ноября 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	150/5	6,27	8,07	26,48	212,17	0,18	0,98	39	0,68	111,44	177,24	53,25	1,31	
Сыр (порциями)	10	2,83	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	0,16	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				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		14,58	20,03	59,28	479,05	0,36	11,65	98,80	1,15	338,36	239,6	76,95	1,50	72,21

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	6,98	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	13,86	0,88	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16				14,27	88,88	31,30	1,05	
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	
Итого		21,48	21,36	79,97	596,21	0,34	3,08	60	3,98	65,74	133,49	79,87	2,83	82,54

Начальник ЦДП  Исламова Н.А.