







СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП 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	Ca	P	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	2,68		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,10			38	0,06	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	0,38	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	Ca	P	Mg	Fe	
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,95	12,22	10,15				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	40,75	0,08	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,55	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,05	210,5				0,84	15,59		8,55		
Чай с сахаром	200			9,50	39,11					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	13,5	76				0,45	6		4,2		
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	64	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		22,93	20,81	92,05	545,41	0,18	3,08	60	4,82	67,05	44,81	57,23	1,78	82,54

Начальник ОДДП

Смирнов В.К.

Смирнов В.К.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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 ценность	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	2,66		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	21	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 ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рассольник с тепловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,98	12,22	110,16				2,42	22,11		17,91		
Мясо птицы, три тушенное в томатном соусе	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,51	13,89	0,86	
Лавашные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,06	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	6,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,96	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	15	12,6	0,9	
Флоко	120	0,48	0,48	11,76	36,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		23,41	21,79	103,81	731,81	0,31	15,06	89	5,06	65,26	104,99	53,03	5,30	82,54

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

14 октября 2022 г

2 смена

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	
Обед ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Рассольник с перловой 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	140,85	0,05	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,65	0,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	5,97	4,44	44,48	245,39	0,11		22,5	1	18,32	55,31	10,39	1,05	
Витаминизированн ый кисель	200			23,5	95	6,3	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		25,08	21,14	133,17	838,50	0,81	27,18	83	5,16	83,49	114,92	68,95	5,64	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Плюшка молочковая	100	8,52	8,45	58,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	26,22	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	
Теорет детский заправленный	50	63,49	63,49	89,29	1230,18	0,6	11,91			2381,11		277,78	1,99	
Итого		72,27	72,10	186,48	1652,16	0,74	16,00	14,2	4,19	2396,16	81,3	294,92	3,97	167,22

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП 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 (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	5,27	8,07	28,40	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Масло сливочное	10	0,28	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,65		35		0,07	23,8	0,04	100	50	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	35	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	52	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	503,67	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 терпеловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,58	12,22	110,16				2,42	22,11		17,9		
Мясо птицы, приготовленное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	113,85	0,06	3,05	60	0,6	14,35	5,51	13,86	0,88	
Выпеченные изделия отварные с маслом	150/5	5,52	4,31	37,08	110,5	0,09		22,5	0,64	15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	36,9					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	13,6	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		22,93	20,81	122,05	645,41	0,27	3,08	83	4,62	87,05	91,79	57,23	2,68	
Итого за рацион														167,22

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП 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	7,36	28,46	205,50	0,18	0,98	34,5	0,57	111,2	176,94	50,25	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	39,1					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			118		14	0,1	
Итого		15,30	13,61	64,94	446,46	0,35	1,65	58,30	1,21	338,50	262,9	76,35	2,48	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рассольник с тепловой 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	0,68	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,06	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,13	8,65	0,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,1					0,3				
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	65	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,8	
Итого		22,93	20,81	92,05	645,41	0,27	3,08	83	4,52	67,06	91,73	57,23	2,86	70,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

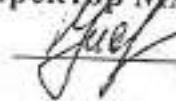
СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа



В.К. Смирнов

14 октября 2022 г

Товар, 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	200/5	3,1	11,38	14,8	136				1,94	18,56			14,42	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (фриле грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,65	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,86	0,89	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,16	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,96	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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	0,8	
Итого		24,25	26,21	94,63	671,25	0,27	3,08	83	4,34	63,51	91,79	63,74	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			9,96	39,9					0,3				
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,81			2361,11		277,78	1,99	
Итого		69,97	68,50	143,00	1515,77	0,70	11,88	30,6	1,02	2363,54	58,9	267,83	2,78	45,00

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся

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

14 октября 2022 г

2 смена

Почем 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	
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, трипущенное в томатном соусе (филе грудки)	50/50	13,25	12,58	3,05	177,69	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 ржанопшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,8	0,9	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	6	2,8	
Итого		27,84	27,43	133,82	208,09	0,62	27,96	147	5,64	58,25	227,16	70,50	5,87	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Творожка московская	100	8,62	8,45	50,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	76,92	13,54	1,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,15	18,69	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,83	
Творог детский фасованный	50	1057,78	1057,78	1487,5	20494,43	9,91	198,34			39336,11		4627,76	33,07	
Итого		1066,95	1066,39	1564,69	20916,43	10,05	202,43	14,2	4,19	39371,18	81,3	4644,90	35,05	187,49

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДШ ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

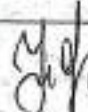


Школьное меню для организации питания обучающихся
14 октября 2022 г.

1 смена

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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	8,27	8,07	26,48	212,17	0,18	0,98	38	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	85,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,93	2,85		35		0,07	23,8	0,04	106	60	3,5	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			115		14	0,1	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	58,4	0,04	12	8	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		15,06	21,96	71,07	549,97	0,40	23,95	113,80	1,41	259,04	253,4	37,75	4,14	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной	250/5	1,78	5,50	12,22	110,15				2,42	22,11		17,01		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	19,53	8,92	2,47	140,05	0,06	3,06	60	0,6	14,35	5,51	13,85	0,53	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,32	4,31	37,05	210,5	0,09		22,5	0,34	15,59	47,18	5,86	0,53	
Чай с сахаром	200			9,90	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,0	70				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	
		22,93	20,81	92,05	645,41	0,27	3,16	83	4,92	67,06	91,79	57,23	2,08	
Итого за рацион													187,49	

Начальник ОДДП



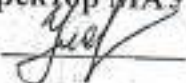
Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся

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



14 октября 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

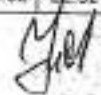
Почем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/4	6,27	7,35	28,48	205,58	0,18	0,90	34,5	0,57	111,2	176,94	53,25	1,31	
Масло 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			0,5	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	484,34	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

Почем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Рассольник с терловой 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	150,91	0,07	3,47	91,98	0,84	15,99	104,73	18,66	0,99	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,69	47,18	8,66	0,88	
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			0,53	9	29,25	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	85	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	5,48	74,59	233,16	55,33	4,20	82,06

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.