







УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 г.

| Принем 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 | |
| Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет) | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 150 | 7,85 | 7,62 | 33,21 | 233,52 | 0,08 | | 50,80 | | 112,21 | 102,69 | 13,13 | 0,85 | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 11,31 | 13,92 | 79,99 | 496,30 | 0,20 | 4,00 | 86,80 | 0,28 | 134,43 | 138,59 | 25,33 | 4,45 | 64,44 |
| Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,11 | 7,18 | 72,63 | 0,05 | | 167,27 | | 33,58 | 38,47 | 16,71 | 0,61 | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 40/40 | 8,42 | 5,13 | 2,89 | 91,90 | 0,07 | | 292,39 | | 32,76 | 133,27 | 33,79 | 0,57 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 19,08 | 14,35 | 112,83 | 650,81 | 0,38 | | 483,51 | 0,51 | 92,63 | 310,58 | 93,88 | 3,47 | 72,54 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.





Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 150 | 7,85 | 7,62 | 33,21 | 233,52 | 0,08 | | 50,80 | | 112,21 | 102,69 | 13,13 | 0,85 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 11,33 | 15,37 | 80,02 | 509,52 | 0,20 | 4,00 | 95,80 | 0,30 | 134,91 | 139,19 | 25,33 | 4,45 | |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,11 | 7,18 | 72,63 | 0,05 | | 167,27 | | 33,58 | 38,47 | 16,71 | 0,61 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 35 | 2,80 | 0,35 | 19,25 | 91,00 | 0,12 | | | | 7,00 | 22,75 | 4,90 | 0,88 | |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 35 | 2,80 | 0,35 | 16,10 | 77,00 | 0,14 | | | 0,60 | 10,15 | 45,50 | 14,70 | 1,05 | |
| Итого | | 20,94 | 15,25 | 118,34 | 688,15 | 0,43 | | 525,72 | 0,60 | 99,61 | 337,42 | 101,02 | 3,82 | 151,86 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,11 | 7,18 | 72,63 | 0,05 | | 167,27 | | 33,58 | 38,47 | 16,71 | 0,61 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 20,14 | 15,15 | 113,29 | 664,15 | 0,39 | | 525,72 | 0,51 | 97,16 | 327,67 | 98,22 | 3,54 | |
| полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 11,75 | 12,94 | 68,15 | 442,23 | 0,15 | 14,37 | 23,41 | 3,65 | 48,83 | 128,65 | 29,72 | 4,13 | 151,86 |

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Обед 7-11 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,11 | 7,18 | 72,63 | 0,05 | | 167,27 | | 33,58 | 38,47 | 16,71 | 0,61 | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 40/40 | 8,42 | 5,13 | 2,89 | 91,90 | 0,07 | | 292,39 | | 32,76 | 133,27 | 33,79 | 0,57 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 19,08 | 14,35 | 112,83 | 650,81 | 0,38 | | 483,51 | 0,51 | 92,63 | 310,58 | 93,88 | 3,47 | 72,54 |
| Полдник (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Куринок* | 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 10,75 | 12,74 | 47,95 | 350,23 | 0,13 | 10,37 | 23,41 | 3,45 | 34,83 | 114,65 | 21,72 | 1,33 | 45,00 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 г.

| Принем 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 | |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 150 | 7,85 | 7,62 | 33,21 | 233,52 | 0,08 | | 50,80 | | 112,21 | 102,69 | 13,13 | 0,85 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Яблоко | 130 | 0,52 | 0,52 | 20,41 | 61,10 | 0,04 | | 6,50 | | 20,80 | 14,30 | 11,70 | 2,86 | |
| Итого | | 10,85 | 15,69 | 67,55 | 426,72 | 0,24 | | 102,30 | 0,61 | 144,11 | 158,99 | 37,43 | 4,63 | |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты (без картофеля) сах.диабет | 200/10 | 1,56 | 4,79 | 5,03 | 70,57 | 0,04 | | 332,14 | | 44,06 | 39,12 | 17,08 | 0,57 | |
| Филе грудки отварное (на суп) | 20 | 7,10 | 6,09 | 0,35 | 84,14 | 0,04 | 1,00 | 15,12 | 0,12 | 7,88 | 61,87 | 7,63 | 0,53 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов (б/сах) | 200 | 0,44 | 0,09 | 12,96 | 48,80 | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Итого | | 24,85 | 21,62 | 74,83 | 587,23 | 0,32 | 1,00 | 705,71 | 0,63 | 108,92 | 370,69 | 102,02 | 3,22 | 151,86 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС) | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 170 | 8,89 | 8,77 | 37,67 | 265,97 | 0,09 | | 58,39 | | 126,65 | 116,27 | 14,85 | 0,96 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай витаминизированный | 200 | | | 9,70 | 39,00 | 0,15 | 10,00 | | | | | | | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 12,37 | 16,52 | 84,20 | 541,07 | 0,36 | 14,00 | 103,39 | 0,30 | 149,05 | 152,77 | 27,05 | 4,53 | 78,20 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 2,15 | 5,76 | 9,60 | 99,76 | 0,07 | | 213,10 | | 45,28 | 50,38 | 21,22 | 0,77 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 180 | 4,65 | 5,26 | 47,21 | 254,58 | 0,05 | | 28,35 | | 8,39 | 96,39 | 31,61 | 0,66 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 21,52 | 17,64 | 123,58 | 733,38 | 0,42 | | 576,05 | 0,51 | 106,26 | 355,63 | 107,76 | 3,78 | 89,45 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак 12-18 лет СВО | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 170 | 8,89 | 8,77 | 37,67 | 265,97 | 0,09 | | 58,39 | | 126,65 | 116,27 | 14,85 | 0,96 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай витаминизированный | 200 | | | 9,70 | 39,00 | 0,15 | 10,00 | | | | | | | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 12,37 | 16,52 | 84,20 | 541,07 | 0,36 | 14,00 | 103,39 | 0,30 | 149,05 | 152,77 | 27,05 | 4,53 | 77,47 |
| Обед 12-18 лет СВО | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 2,15 | 5,76 | 9,60 | 99,76 | 0,07 | | 213,10 | | 45,28 | 50,38 | 21,22 | 0,77 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 180 | 4,65 | 5,26 | 47,21 | 254,58 | 0,05 | | 28,35 | | 8,39 | 96,39 | 31,61 | 0,66 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 21,52 | 17,64 | 123,58 | 733,38 | 0,42 | | 576,05 | 0,51 | 106,26 | 355,63 | 107,76 | 3,78 | 88,61 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 180 | 9,38 | 9,72 | 39,58 | 284,16 | 0,10 | | 64,56 | | 134,40 | 123,12 | 15,67 | 1,01 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 13,66 | 17,57 | 91,89 | 586,16 | 0,26 | 4,00 | 109,56 | 0,90 | 159,10 | 166,12 | 29,27 | 4,86 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/5 | 2,02 | 5,01 | 9,42 | 91,66 | 0,06 | | 207,75 | | 40,88 | 47,33 | 20,77 | 0,76 | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 50/50 | 10,44 | 6,07 | 3,61 | 111,45 | 0,09 | | 365,70 | | 40,46 | 165,35 | 41,92 | 0,70 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Яблоко | 130 | 0,52 | 0,52 | 20,41 | 61,10 | 0,04 | | 6,50 | | 20,80 | 14,30 | 11,70 | 2,86 | |
| Итого | | 23,69 | 16,91 | 146,30 | 798,49 | 0,53 | | 603,80 | 1,28 | 133,33 | 385,32 | 123,37 | 7,16 | 181,89 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/5 | 2,02 | 5,01 | 9,42 | 91,66 | 0,06 | | 207,75 | | 40,88 | 47,33 | 20,77 | 0,76 | |
| Филе грудки отварное (на суп) | 30 | 7,10 | 6,09 | 0,35 | 84,14 | 0,04 | 1,00 | 15,12 | 0,12 | 7,88 | 61,87 | 7,63 | 0,53 | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 50/50 | 10,44 | 6,07 | 3,61 | 111,45 | 0,09 | | 365,70 | | 40,46 | 165,35 | 41,92 | 0,70 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Яблоко | 130 | 0,52 | 0,52 | 20,41 | 61,10 | 0,04 | | 6,50 | | 20,80 | 14,30 | 11,70 | 2,86 | |
| Итого | | 30,79 | 23,00 | 146,65 | 882,63 | 0,57 | 1,00 | 618,92 | 1,40 | 141,21 | 447,19 | 131,00 | 7,69 | |
| полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА) | | | | | | | | | | | | | | |
| Куричик* | 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 10,75 | 12,74 | 47,95 | 350,23 | 0,13 | 10,37 | 23,41 | 3,45 | 34,83 | 114,65 | 21,72 | 1,33 | 181,89 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак СОП 11-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 170 | 8,89 | 8,77 | 37,67 | 265,97 | 0,09 | | 58,39 | | 126,65 | 116,27 | 14,85 | 0,96 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай витаминизированный | 200 | | | 9,70 | 39,00 | 0,15 | 10,00 | | | | | | | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 12,37 | 16,52 | 84,20 | 541,07 | 0,36 | 14,00 | 103,39 | 0,30 | 149,05 | 152,77 | 27,05 | 4,53 | 72,21 |
| Обед СОП 11-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/5 | 2,02 | 5,01 | 9,42 | 91,66 | 0,06 | | 207,75 | | 40,88 | 47,33 | 20,77 | 0,76 | |
| Рыба запеченная с овощами | 45/45 | 9,48 | 5,93 | 3,35 | 105,24 | 0,08 | | 334,60 | | 37,29 | 150,36 | 38,13 | 0,64 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,44 | 0,09 | 33,12 | 129,80 | | | | | 0,60 | | | 0,06 | |
| 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 | |
| Итого | | 20,61 | 16,05 | 115,53 | 683,18 | 0,40 | | 566,20 | 0,51 | 104,46 | 336,53 | 102,28 | 3,69 | 82,54 |

Начальник ОДП

Исмаилова И.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2023 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 | |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия с тертым сыром | 180 | 9,38 | 9,72 | 39,58 | 284,16 | 0,10 | | 64,56 | | 134,40 | 123,12 | 15,67 | 1,01 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 | | | 45,00 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | | 0,02 | |
| Чай (б/сах) | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| Итого | | 13,66 | 17,57 | 78,31 | 530,26 | 0,28 | 4,00 | 109,56 | 0,98 | 162,40 | 192,12 | 40,47 | 5,03 | |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты (без картофеля) сах.диабет | 250/5 | 1,75 | 4,87 | 6,02 | 76,06 | 0,04 | 30,02 | 407,15 | 1,96 | 48,48 | 44,33 | 20,67 | 0,70 | |
| Филе грудки отварное (на суп) | 25 | 5,92 | 5,08 | 0,29 | 70,12 | 0,03 | | 12,60 | | 6,57 | 51,56 | 6,36 | 0,44 | |
| Рыба запеченная с овощами (филе минтая) | 50/50 | 10,44 | 6,07 | 3,61 | 111,45 | 0,09 | | 365,70 | | 40,46 | 165,35 | 41,92 | 0,70 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,87 | 4,42 | 39,34 | 212,48 | 0,04 | | 23,85 | | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Компот из смеси сухофруктов (б/сах) | 200 | 0,44 | 0,09 | 12,96 | 48,80 | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Яблоко | 130 | 0,52 | 0,52 | 20,41 | 61,10 | 0,04 | | 6,50 | | 20,80 | 14,30 | 11,70 | 2,86 | |
| Итого | | 26,14 | 21,45 | 101,03 | 668,01 | 0,40 | 30,02 | 815,80 | 2,64 | 138,90 | 407,88 | 124,03 | 6,48 | 181,89 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.