









УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 г.

Пример 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	
<b>Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/10	21,31	7,87	16,32	225,13	0,05	0,57	41,99	1,11	186,51	237,81	26,35	0,53	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,51</b>	<b>8,27</b>	<b>48,30</b>	<b>369,03</b>	<b>0,19</b>	<b>0,57</b>	<b>41,99</b>	<b>1,71</b>	<b>194,81</b>	<b>263,81</b>	<b>31,95</b>	<b>1,56</b>	<b>59,76</b>
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>														
Свекольник со сметаной	200/5	2,25	4,25	15,12	107,99	0,07		170,75		42,58	82,81	28,40	1,48	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	150	3,79	3,70	24,14	145,26	0,16		22,56		43,83	96,64	32,94	1,20	
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	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,80	0,90	
<b>Итого</b>		<b>20,30</b>	<b>19,38</b>	<b>87,54</b>	<b>604,97</b>	<b>0,46</b>		<b>245,31</b>	<b>0,51</b>	<b>104,50</b>	<b>224,20</b>	<b>81,49</b>	<b>4,49</b>	<b>67,12</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак+обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,10	0,06	0,61	45,71	1,22	202,16	259,15	28,64	0,59	
Масло сливочное	8	0,08	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с сахаром	200			8,98	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	
Свекольник со сметаной	200/5	2,25	4,25	15,12	107,99	0,07		170,75		42,58	62,61	28,40	1,46	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,08	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	150	3,78	3,70	24,14	145,26	0,16		22,56		43,83	96,64	32,94	1,20	
Чай с сахаром	200			8,98	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	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,80	0,90	
<b>Итого</b>		<b>46,13</b>	<b>34,05</b>	<b>135,21</b>	<b>1034,85</b>	<b>0,62</b>	<b>0,61</b>	<b>327,02</b>	<b>1,81</b>	<b>314,88</b>	<b>505,25</b>	<b>114,33</b>	<b>5,88</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>обед+полдник ОБЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Свекольник со сметаной	250/15	2,79	5,12	18,83	132,88	0,08		212,24		52,13	77,60	35,40	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	150	3,79	3,70	24,14	145,26	0,16		22,56		43,83	96,64	32,94	1,20	
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	
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	
Душак с творогом	75	14,00	8,99	23,91	234,45	0,06	0,28	36,33	2,75	92,99	145,20	16,20	0,68	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>35,38</b>	<b>29,73</b>	<b>154,17</b>	<b>1028,09</b>	<b>0,57</b>	<b>3,06</b>	<b>329,27</b>	<b>3,27</b>	<b>229,64</b>	<b>399,03</b>	<b>116,33</b>	<b>8,27</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Свекольник со сметаной	200/5	2,25	4,25	15,12	107,99	0,07		170,75		42,58	62,81	28,40	1,48	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	150	3,78	3,70	24,14	145,28	0,16		22,56		43,83	96,64	32,94	1,20	
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	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	6,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		20,30	19,38	87,54	604,97	0,46		245,31	0,51	104,50	224,20	81,49	4,49	<b>67,12</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
Душман с творогом	75	14,03	8,09	23,95	226,60	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,20	0,69	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		17,23	11,29	38,43	328,50	0,09	0,86	51,18	1,33	213,09	146,12	30,20	0,82	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Запеканка творожная (без муки и б/сах) сах.диабет	110	22,54	10,14	9,62	224,06	0,07		43,96		171,51	240,86	26,63	0,72	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	62,86			36,00	0,08	1,92	2,40		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	
<b>Итого</b>		<b>25,00</b>	<b>16,24</b>	<b>23,52</b>	<b>342,94</b>	<b>0,19</b>		<b>79,96</b>	<b>0,59</b>	<b>182,13</b>	<b>282,26</b>	<b>39,23</b>	<b>1,64</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет</b>														
Свекольник (без картофеля и сахара) сах.диабет 200/10 ед.	200/10	1,82	4,81	9,36	66,35	0,03		175,41		49,97	53,17	24,76	1,40	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,62	0,01		62,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,26	75,18	2,55	
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	
<b>Итого</b>		<b>18,45</b>	<b>20,80</b>	<b>52,64</b>	<b>470,72</b>	<b>0,32</b>		<b>250,66</b>	<b>0,61</b>	<b>73,40</b>	<b>211,87</b>	<b>115,89</b>	<b>5,00</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	246,61	0,06	0,81	47,08	1,31	202,21	289,65	29,22	0,82	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>27,51</b>	<b>9,15</b>	<b>42,31</b>	<b>367,09</b>	<b>0,16</b>	<b>3,41</b>	<b>47,22</b>	<b>1,32</b>	<b>211,31</b>	<b>290,69</b>	<b>34,26</b>	<b>1,44</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,79	5,12	18,83	132,88	0,08		212,24		52,13	77,50	35,40	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	180	4,55	4,44	28,96	174,24	0,20		27,07		52,17	115,90	39,48	1,44	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>21,80</b>	<b>20,99</b>	<b>96,07</b>	<b>656,84</b>	<b>0,51</b>		<b>291,31</b>	<b>0,51</b>	<b>122,39</b>	<b>268,35</b>	<b>95,03</b>	<b>5,09</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа


В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак 12-18 лет ММС,СВО,СОП</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	246,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	289,65	29,22	0,82	
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	
<b>Итого</b>		<b>27,45</b>	<b>9,14</b>	<b>42,10</b>	<b>364,71</b>	<b>0,16</b>	<b>0,61</b>	<b>47,08</b>	<b>1,31</b>	<b>208,51</b>	<b>289,15</b>	<b>33,42</b>	<b>1,40</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 12-18 лет ММС,СВО,СОП</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,79	5,12	18,83	132,88	0,08		212,24		52,13	77,50	35,40	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	180	4,55	4,44	28,96	174,24	0,20		27,07		52,17	115,90	39,48	1,44	
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	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,80	0,90	
<b>Итого</b>		<b>21,60</b>	<b>20,99</b>	<b>96,07</b>	<b>668,84</b>	<b>0,51</b>		<b>291,31</b>	<b>0,51</b>	<b>122,39</b>	<b>258,35</b>	<b>95,03</b>	<b>5,09</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак+обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	248,81	0,06	0,51	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
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	
Свекольник со сметаной	250/5	2,79	5,12	18,83	132,88	0,08		212,24		52,13	77,50	35,40	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	150	3,79	3,70	24,14	145,28	0,16		22,56		43,83	96,64	32,94	1,20	
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	68,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>48,81</b>	<b>36,73</b>	<b>156,62</b>	<b>1150,57</b>	<b>0,63</b>	<b>0,61</b>	<b>378,88</b>	<b>1,92</b>	<b>325,26</b>	<b>531,24</b>	<b>121,91</b>	<b>6,30</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>обед+полдник ОБЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,79	5,12	18,63	132,88	0,08		212,24		52,13	77,50	35,40	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре	160	3,50	3,68	23,53	141,67	0,17		24,07		46,65	103,07	35,12	1,28	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,80			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	16,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Курник*	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,67	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	
Яблоко	150	0,60	0,60	23,55	102,00	0,05		7,50		24,00	16,50	13,50	3,30	
<b>Итого</b>		<b>33,94</b>	<b>33,86</b>	<b>195,38</b>	<b>1218,40</b>	<b>0,74</b>	<b>10,37</b>	<b>319,22</b>	<b>4,73</b>	<b>180,90</b>	<b>396,17</b>	<b>131,49</b>	<b>10,14</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 ноября 2022 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	
<b>Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Запеканка творожная (без муки и б/сах) сах.диабет	130	27,02	11,97	11,14	265,13	0,07	0,61	48,45	2,68	202,48	282,19	29,98	0,69	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном (сах.диабет)	200	0,06	0,01	0,21	2,38			2,80	0,14	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04
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
<b>Итого</b>		<b>30,36</b>	<b>19,63</b>	<b>29,86</b>	<b>421,61</b>	<b>0,23</b>	<b>3,41</b>	<b>93,59</b>	<b>3,47</b>	<b>219,28</b>	<b>338,73</b>	<b>47,62</b>	<b>1,95</b>	
<b>Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет</b>														
Свекольник (без картофеля и сахара) сах.диабет 250/10 ед.	250/10	2,21	5,64	11,61	106,44	0,04	12,93			60,27		30,75	1,75	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,46	10,83	8,00	167,62	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40		13,51	135,60	90,20	3,05	
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
<b>Итого</b>		<b>20,88</b>	<b>21,98</b>	<b>63,77</b>	<b>533,91</b>	<b>0,40</b>	<b>12,93</b>	<b>75,40</b>	<b>0,68</b>	<b>88,47</b>	<b>194,05</b>	<b>141,10</b>	<b>6,15</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.