







СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ НДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 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	
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	269,65	29,22	0,52	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,06	1,92	2,4		0,02	
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		
Итого		28	14,9	42,2	418	0,06	0,61	83,1	1,84	210	272,1	33	0,64	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	
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	10,78	11,07	6,9	170,37	0,06	2,42	16,34	0,4	17,46	119,17	16,35	1,73	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	26,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,48	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		
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		21,49	21,63	87,41	631,02	0,42	47,73	261	3,52	138,17	333,00	102,04	5,73	82,54

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	246,81	0,08	0,61	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
Масло сливочное	8	0,05	5,8	0,1	52,88			38	0,08	1,92	2,4		0,02	
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		
Итого		28	14,9	42,2	418	0,06	0,61	83,1	1,84	210	272,1	33	0,64	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	
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	16,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,96	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,65	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
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		
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		20,51	29,54	88,78	615,53	0,41	47,51	260	3,48	136,58	322,17	100,55	5,67	82,54

Начальник ЦДП:  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 2022 г

2 смена

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	
Обед ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,68	97,33	33,49	1,28	
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			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		22,55	21,10	119,82	752,23	0,59	47,51	260	3,80	141,78	361,17	106,15	6,93	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 11-18 лет														
Чуamak с творогом м/с)	75	14,03	8,09	23,95	226,6	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,2	0,69	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Блок	120	0,48	0,48	11,76	55,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
того		14,57	8,58	55,88	365,18	0,10	15,06	57,3	1,58	116,39	160,9	27,84	3,43	167,22

Начальник ОАДП: Исламова Н.А.





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



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 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	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,52	246,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	269,85	29,22	0,62	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	68,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
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		
		27,53	16,39	42,23	430,81	0,06	0,61	92,08	1,86	210,91	272,65	33,42	0,64	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,5	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,85	1,57	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	87,33	33,49	1,28	
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	
		20,95	20,90	109,72	704,23	0,41	47,51	260	3,48	136,88	322,17	100,55	5,63	
Итого за рацион														167,22

Начальник ЦДДП  Ислайева Н.А.





УТВЕРЖДАЮ

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



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 2022 г.

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,82	245,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,05	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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Итого		27,51	9,15	42,31	367,09	0,16	3,41	47,22	1,77	211,31	290,7	34,26	1,44	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Свекольник со сметаной	250/5	2,81	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	150	3,30	5,11	22,1	148,04	0,2	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
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	39	12,6	0,9	
Итого		20,51	20,81	86,78	415,53	0,41	47,51	260	3,48	136,58	322,17	100,55	5,57	70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.А. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 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)														
Свекольник со сметаной	200/5	2,12	4,18	14,56	104,65				1,59	42,58		28,4		
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,06	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33				0,16	46,02		29		
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	68	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		19,58	19,28	80,26	571,76	0,17	2,20	15	3,07	119,47	147,34	89,06	2,47	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Дучмак с творогом (м/с)	75	14,03	8,09	23,95	226,6	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,2	0,69	
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		17,23	11,29	38,43	328,50	0,09	0,86	51,2	1,33	213,09	146,1	30,20	0,79	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

27 октября 2022 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая в	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Свекольник со сметаной	250/10	2,74	5,79	18,31	136,81	0,09	19,36	217,59	1,99	56,53	80,55	35,85	1,83	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,9	0,22	34,61	43,58	0,24	71,42	129,72	44,63	1,7	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,8					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			0,68	11,8	52	16,8	1,2	
Итого		23,77	23,51	127,35	809,19	0,66	56,17	276	3,87	164,02	396,61	117,74	7,36	
Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Тучмак с творогом м/с)	75	14,03	8,09	23,95	226,6	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,2	0,89	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Блюдо	120	0,48	0,48	11,78	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,84	
Итого		14,57	8,58	55,88	365,18	0,10	15,06	57,3	1,58	116,39	160,9	27,84	3,43	187,49

Начальник ОДП Исламова Н.А.





**Школьное меню для организации питания обучающихся
27 октября 2022 г.**

1 смена

Пример 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														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,92	245,81	0,05	0,61	47,08	1,31	202,21	252,85	29,22	0,62	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	65,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,05	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	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	82	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		28,59	18,60	62,84	525,19	0,08	7,41	92,22	2,07	227,71	263,2	42,26	3,51	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	126,71	0,08	18,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,08	6,27	154,68	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,18	25,97	32,91	0,18	53,59	97,33	53,49	1,28	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,5					0,8			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	59	12,6	0,9	
		20,95	20,95	109,72	704,23	0,41	47,51	260	3,48	136,88	322,17	100,55	5,63	
Итого за рацион														187,49

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



Школьное меню для организации питания обучающихся

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



27 октября 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	
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	237,61	26,35	0,53	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Итого		25,51	8,47	68,50	451,03	0,21	4,57	41,99	1,91	208,81	277,6	39,95	4,33	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	
Свекольник со сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75	0,07	15,48	176,1	1,60	46,98	65,56	28,85	1,47	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,06	2,2	14,85	0,36	16,87	108,34	14,86	1,57	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,15	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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	6,7	39	12,6	0,9	
Итого		20,95	20,83	66,89	620,57	0,54	43,65	224	3,25	133,43	336,23	95,40	6,22	82,06

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

