

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 октября 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет


Завтрак

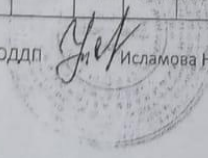
Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	70/40	12,83	11,94	9,13	194,54	0,11	1,45	28,26	1,1	40,91	122,83	16,46	1,19	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,56	0,89	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,11	35,7	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Печенье	24	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
Пряники	1 шт.	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Итого		30,24	29,49	135,20	930,40	0,56	24,06	132,49	3,06	249,49	316,6	56,47	6,29	105,24

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	Mg	Fe	
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,1	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Суп картофельный с клецками и мясом птицы	250/20	7,73	8,34	11,97	153,7	0,11	12,13			22,37		23,73	1,14	
Плов из мяса птицы	180	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	285	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
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	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Печенье	26	1,88	2,5	16,44	81,72	0,03		16,95	0,29	9,08	19,27	3,32	0,22	
Итого		40,37	43,24	138,81	1107,67	0,63	64,56	531	8,51	141,42	380,62	126,97	9,52	112,04

Начальник ОДП  Исламова Н.А.




СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 октября 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (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)														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,1	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	3,27	11,83	83,94	0,08	11,50	203,84	1,44	15,90	44,75	17,55	0,69	
Плов из мяса птицы	180	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	265	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		31,82	35,01	102,07	848,69	0,52	47,43	711	9,33	99,32	387,95	101,62	5,20	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Вак-беляш	50	5,33	6,45	13,82	134,65	0,06	3,46	5,18	1,78	14,65	60,99	10,9	0,84	
Сок фруктовый 0,2 ед.	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62,0	0,03	1			119		14,0	0,1	
Итого		9,53	9,85	38,52	288,55	0,11	8,06	5,2	1,98	147,65	75,0	32,90	3,74	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

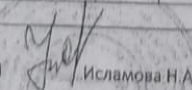


СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
13 октября 2021 г.

Прим. блюда, 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Биточки из мяса птицы с томатным	70/40	12,83	11,94	9,13	194,54	0,11	1,45	28,26	1,1	40,61	122,83	16,46	1,19	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,11	35,7	0,05	150,00	90,00	8,25	0,11	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	5	19,5	4,2	0,75	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Яблоко	125	0,6	0,5	12,25	50,75	0,04	12,5	8,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Печенье	24	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,5	0,24	
Пряники	1, шт.	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,35	
		30,24	28,49	135,20	930,40	0,56	24,05	132,49	3,05	248,49	315,6	66,47	6,29	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,1	242,03	1,44	38,68	27,68	15,54	0,52	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	3,27	11,83	63,94	0,08	11,50	203,84	1,44	15,90	44,75	17,55	0,69	
Плов из мяса птицы	180	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	265	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	16,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,8	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	65	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Печенье	26	1,88	2,5	15,44	91,72	0,03		15,95	0,29	9,08	19,27	3,32	0,22	
		33,85	37,67	126,42	976,16	0,56	51,43	720	9,70	114,95	411,62	108,54	6,32	
Итого за рацион														186,93

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 октября 2021

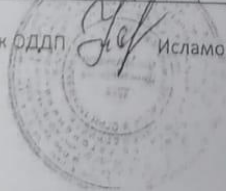
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	70/40	12,83	11,94	9,13	194,54	0,11	1,45	28,26	1,1	40,91	122,83	16,46	1,19	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,78	8,16	49,48	302,7	0,12		45	1,15	21,22	63,9	11,53	1,18	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	24	0,04	100,00	60,0	5,50	0,07	
Чай с сахаром	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Пряники	1 шт.	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Итого		30,70	25,48	135,06	891,94	0,62	11,52	97,06	3,19	179,08	285,7	45,94	4,30	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	
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,26	5,13	11,52	102,7	0,04	51,53	363,38	2,38	62,69	44,88	25,06	0,85	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	0,08	11,5	203,84	2,76	15,9	44,81	17,55	0,69	
Плов из мяса птицы	200	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	265	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		32,70	40,06	105,58	916,24	0,53	67,85	832	11,59	123,93	405,21	111,14	5,53	70,00

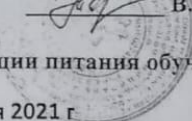
Начальник ОДДП
Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся


13 октября 2021 г

Завтрак ММС 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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	70/40	12,83	11,94	9,13	194,54	0,11	1,45	28,26	1,1	40,91	122,83	16,46	1,19	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,78	8,16	49,48	302,7	0,12		45	1,15	21,22	63,9	11,53	1,18	
Сыр (порциями)	15	2,63	2,66		35		0,07	24	0,04	100,00	60,0	5,50	0,07	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Пряники	1 шт.	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Итого		28	23,4	101,3	727	0,58	11,52	97,1	3,19	174	285,7	42	3,94	69,32

Обед ММС 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	
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,26	5,13	11,52	102,7	0,04	51,53	363,38	2,38	62,69	44,88	25,06	0,85	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	0,08	11,5	203,84	2,76	15,9	44,81	17,55	0,69	
Плов из мяса птицы	220	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	265	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
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	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		32,86	40,22	116,49	954,99	0,54	71,85	834	11,67	130,48	409,61	114,74	6,43	79,20

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 октября 2021 г

Прим. пища, 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	70/40	12,83	11,94	9,13	194,54	0,11	1,45	28,26	1,1	40,91	122,83	16,46	1,19	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,78	8,16	49,48	302,7	0,12		45	1,15	21,22	63,9	11,63	1,18	
Сыр (порциями)	15	2,63	2,66		35		0,07	24	0,04	100,00	60,0	5,50	0,07	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Пряники	1 шт.	2,66	2,12	33,75	184,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
		28,04	23,36	101,31	727,24	0,58	11,52	97,06	3,19	174,13	285,73	41,89	3,94	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Салат из белокачанной капусты с морковью	100	2,26	5,13	11,62	102,7	0,04	51,63	363,38	2,38	62,69	44,88	25,06	0,95	
Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	0,08	11,5	203,84	2,76	15,9	44,81	17,55	0,69	
Плов из мяса птицы	220	23,12	27,96	37,45	492,73	0,15	4,82	265	5,34	28,34	250,52	50,33	2,06	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,59	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	6	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		33,36	40,72	127,74	1013,74	0,58	84,35	840	11,92	150,48	423,36	125,99	9,18	
Итого за рацион														162,26

Начальник ОДП  Исламова Н.А.