



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

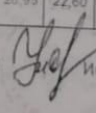
Завтрак

Применение 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	
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,82	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Кисломолочный продукт	100	2,2	3,2	4,5	52	0,03	0,8			119		14	0,1	
Сок фруктовый 0,2	200	0,2	20,2	92	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>20,73</b>	<b>22,80</b>	<b>72,70</b>	<b>588,24</b>	<b>0,28</b>	<b>33,63</b>	<b>114,19</b>	<b>1,84</b>	<b>204,46</b>	<b>212,9</b>	<b>72,52</b>	<b>5,82</b>	<b>105,24</b>

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Применение 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	
Свеклольник 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	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	142,98	4,82	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,55	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,8	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,26	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	80	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Яблоко	125	0,5	0,6	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Пряники	45	2,68	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
<b>Итого</b>		<b>26,95</b>	<b>22,60</b>	<b>172,37</b>	<b>1003,32</b>	<b>0,81</b>	<b>37,86</b>	<b>310</b>	<b>5,52</b>	<b>131,58</b>	<b>400,32</b>	<b>224,27</b>	<b>13,17</b>	<b>112,04</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

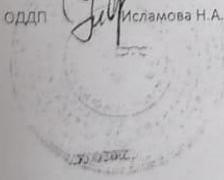


УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МКУ ЦДП ГО г. Уфа  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся  
 21 октября 2021 г.

Пример блюда, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,16	126,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с лимонном и сахаром	200	0,08	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Батон	30	2,28	0,87	15,42	78,8	0,03				5,7		3,8	0,36	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		20,73	22,60	72,70	588,24	0,28	33,53	114,19	1,84	204,46	212,9	72,62	5,82	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Свекольник со сметаной	250/10	2,74	5,79	18,31	136,81	0,09	16,36	217,59	1,99	56,53	60,55	35,85	1,83	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	6,06	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,83	0,52	18,42	214,27	142,98	4,82	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,95	4,4	3,6	0,33	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
		23,79	19,96	126,37	779,87	0,73	25,36	304	5,27	106,63	386,57	208,97	10,06	
<b>Итого за рацион</b>														<b>186,93</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





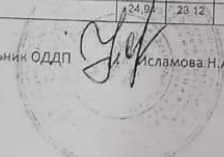
УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

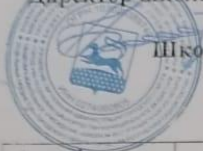
21 октября 2021 г.

Примечания, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,35	14,05	3,24	185,03	0,05	3,62	85,5	1,47	16,54	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,59	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,05	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,54	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,8	33	150	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
<b>Итого</b>		<b>19,73</b>	<b>20,11</b>	<b>69,99</b>	<b>540,84</b>	<b>0,43</b>	<b>34,11</b>	<b>120,51</b>	<b>2,57</b>	<b>88,90</b>	<b>257,33</b>	<b>61,73</b>	<b>4,32</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	125,71	0,06	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/10	10,88	10,05	49,05	330,05	0,37		48,71	0,79	22,85	258,39	171,6	5,79	
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	5,5	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	19,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>24,97</b>	<b>23,12</b>	<b>122,76</b>	<b>797,12</b>	<b>0,75</b>	<b>21,34</b>	<b>319</b>	<b>5,27</b>	<b>99,11</b>	<b>418,99</b>	<b>232,84</b>	<b>9,99</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

*В.К. Смирнов*

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2021 г

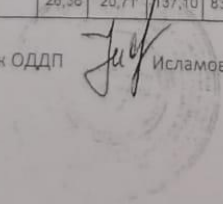
Завтрак ММС с 12-18 лет

Применение 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	
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	6,5	0,07	
<b>Итого</b>		<b>22,36</b>	<b>22,77</b>	<b>68,99</b>	<b>575,84</b>	<b>0,43</b>	<b>34,18</b>	<b>144,31</b>	<b>2,61</b>	<b>188,90</b>	<b>317,33</b>	<b>67,23</b>	<b>4,39</b>	<b>69,32</b>

Обед ММС с 12-18 лет

Применение 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	250/10	2,74	5,79	18,31	136,81	0,09	19,36	217,59	1,99	56,53	80,55	35,85	1,83	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200/10	12,01	6,76	54,31	325,65	0,41		24,40	0,81	23,88	284,60	190,2	6,40	
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	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>26,36</b>	<b>20,71</b>	<b>137,10</b>	<b>839,56</b>	<b>0,82</b>	<b>25,36</b>	<b>304</b>	<b>5,38</b>	<b>111,09</b>	<b>453,65</b>	<b>255,51</b>	<b>11,51</b>	<b>79,20</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.





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

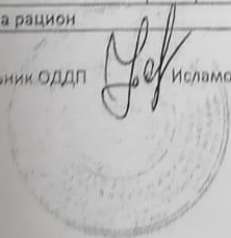
Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2021 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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
		22,36	22,77	69,99	676,84	0,43	34,18	144,31	2,61	188,60	317,33	67,23	4,39	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	62,13	77,5	35,4	1,82	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,16	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/10	10,53	10,08	49,06	330,06	0,37		46,71	0,79	22,85	250,39	171,6	5,79	
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	3,2	0,4	18,4	69	0,16			0,58	11,6	62	16,8	1,2	
		24,94	23,12	122,76	797,12	0,76	21,34	319	6,27	99,11	419,99	232,84	9,99	
<b>Итого за рацион</b>													<b>162,26</b>	

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



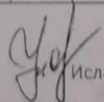


УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МХУ ЦДДи ГО г. Уфа  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2021 г

Прим. пицд. 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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Свекольник со сметаной	200/5	2,74	5,79	18,31	136,81	0,09	19,36	217,59	1,99	56,53	80,55	35,85	1,83	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130/4	10,88	10,08	49,06	330,06	0,37		46,71	0,79	22,85	258,39	171,8	5,79	
Чай с сахаром	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,47	23,92	139,21	873,32	1,08	41,46	324	5,36	104,21	426,29	233,99	10,10	65,00
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
Дучмак с творогом	75	14	8,99	23,91	234,45	0,06	0,26	36,33	2,75	92,99	145,2	16,2	0,88	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	11,06	45,87		3,04	0,15	0,01	3,36	1,67	0,91	0,08	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11	2,8	
Итого		14,57	9,50	47,22	339,07	0,10	15,80	42,7	3,01	116,35	160,8	28,36	3,51	45,00

Начальник ОДП .  Исламова Н.А.

