



Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 2021  
Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прим. 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	165,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	167,63	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	0,24	0,07	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,06	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
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	2,6	
Мандарины	1 шт	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Итого		22,02	31,17	62,49	710,14	0,35	65,31	165,51	1,97	242,50	235,3	66,93	6,17	152,23

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Прим. 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 с мясом и сметаной	250/10/10	5,4	8,32	16,44	162,78	0,09	17,24	217,17	2,01	50,13	95,08	34,7	1,97	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,18	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	142,92	4,62	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,39	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
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	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,5	52	15,8	1,2	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,26	20	13,75	11,25	2,75	
Пряники	1 шт.	2,66	2,12	33,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
Мандарины	1 шт.	0,24	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Итого		30,17	28,21	175,75	1055,89	0,85	62,34	309	6,54	149,69	414,85	230,82	13,38	159,05

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*



Школьное меню для организации питания обучающихся  
16 декабря 2021 г.

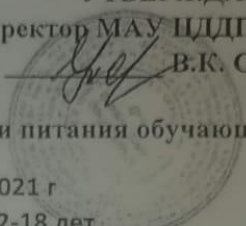
Прим. Вид, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	130	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,56	97,33	33,49	1,26	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,34	0,57	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,5	0,03				5,7		3,9	0,36	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,5			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	
Мандарины	1 шт	0,66	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
		21,73	23,61	80,90	634,55	0,34	63,59	118,55	1,86	236,52	225,9	84,71	6,07	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Свекольник с мясом и сметаной	250/10/10	5,4	8,32	16,44	162,78	0,09	17,24	217,17	2,01	50,13	95,08	34,7	1,97	
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	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	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,33	
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	16,4	88	0,16			0,68	11,8	52	16,9	1,2	
		26,45	22,51	124,60	808,84	0,73	23,24	303	5,29	100,23	401,10	207,92	10,30	
Итого за рацион														233,92

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



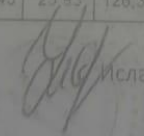
Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 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	
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	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	
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	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
<b>Итого</b>		<b>20,49</b>	<b>22,25</b>	<b>57,32</b>	<b>511,97</b>	<b>0,36</b>	<b>29,66</b>	<b>142,21</b>	<b>2,29</b>	<b>178,52</b>	<b>296,33</b>	<b>61,37</b>	<b>3,77</b>	<b>69,32</b>

Обед ММС с 12-18 лет

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	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	105,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200/10	10,88	10,08	49,06	330,06	0,37		46,71	0,79	22,85	258,39	171,6	5,79	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
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>24,43</b>	<b>23,93</b>	<b>126,35</b>	<b>817,97</b>	<b>0,74</b>	<b>25,36</b>	<b>326</b>	<b>5,21</b>	<b>108,06</b>	<b>420,94</b>	<b>235,49</b>	<b>10,65</b>	<b>79,20</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





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



Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 2021 г

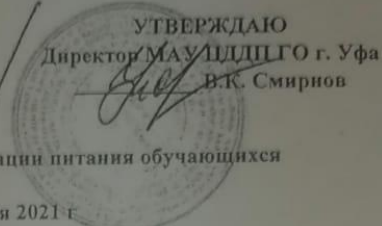
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак СОП с 7-11 лет</b>														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	130	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			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
<b>Итого</b>		<b>17,06</b>	<b>19,49</b>	<b>51,82</b>	<b>450,97</b>	<b>0,32</b>	<b>29,59</b>	<b>118,41</b>	<b>2,10</b>	<b>76,52</b>	<b>229,83</b>	<b>54,47</b>	<b>3,45</b>	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

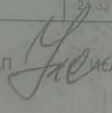


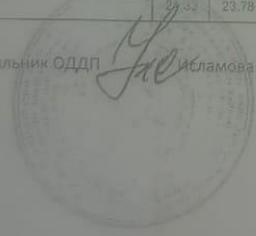
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ 'ЦДПГО' г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 2021 г.

Примечание, 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 с 12-18 лет (родительская плата)</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	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			6,43	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,9	1	
<b>Итого</b>		<b>17,86</b>	<b>19,69</b>	<b>57,32</b>	<b>476,97</b>	<b>0,36</b>	<b>29,59</b>	<b>118,41</b>	<b>2,25</b>	<b>78,52</b>	<b>238,33</b>	<b>56,97</b>	<b>3,70</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Свекольник со сметаной	250/5	2,74	5,79	18,31	138,21	0,09	19,36	217,59	1,99	56,83	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	69,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/10	10,88	10,08	49,06	330,66	0,37		46,71	0,78	22,05	258,39	171,6	5,79	
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	30	2,4	0,3	18,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,48	11,8	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>24,34</b>	<b>23,78</b>	<b>117,65</b>	<b>781,60</b>	<b>0,73</b>	<b>24,16</b>	<b>324</b>	<b>5,14</b>	<b>104,31</b>	<b>418,06</b>	<b>232,73</b>	<b>9,79</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

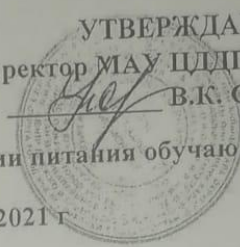




СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



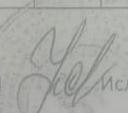
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 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	Ca	P	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	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	142,98	4,82	
Чай с сахаром	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		23,63	19,82	130,98	796,22	1,02	41,46	302	5,19	99,78	382,17	205,37	9,13	65,00
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Дучмак с творогом	75	14	8,99	23,91	234,46	0,06	0,26	36,33	2,75	92,99	145,2	16,2	0,68	
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	160,6	28,36	3,51	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



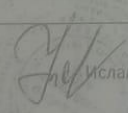


УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 декабря 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	0,05	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
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			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14				0,6	8	26	5,6	1
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
		20,49	22,26	57,32	511,97	0,36	29,66	142,21	2,29	178,52	296,33	61,37	3,77	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
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	10,88	10,08	49,06	330,06	0,37		46,71	0,79	22,85	258,39	171,6	5,79	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,85	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1				0,45	6	19,5	4,2	0,75
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	18,4	88	0,16				0,68	11,6	52	16,8	1,2
		24,49	23,93	126,38	817,97	0,74	25,36	326	5,21	108,06	420,94	235,49	10,65	
Итого за рацион													162,26	

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

