

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

17 декабря 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прим. пицн. 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	
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	40/40	10,36	7,81	1,74	116,94	0,11	1,96	366,7	2,75	18,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшениная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		18,98	0,14	12,31	79,93	27,13	0,61	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,6	0,6	14,7	71	0,04	15,0	7,5	0,36	24	16,5	13,2	3,4	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Мандарины	1 шт	0,56	0,14	5,25	25,6	0,04	27			25		8	0,1	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,35	0,03		17,28	0,31	9,84	20,98	3,6	0,24	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		26,41	21,96	109,90	757,59	0,59	58,23	434,26	3,80	327,36	299,8	105,40	8,39	152,23

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Прим. пицн. 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	
Суп картофельный с горохом и мясом	250/15	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,67	0,08	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,98	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	16,4	60	0,18			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Яблоко	125	0,6	0,6	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Мандарины	1 шт	0,56	0,14	5,25	25,6	0,04	27			25		8	0,1	
Пряники	45	2,00	2,12	32,75	164,7	0,04								
Итого		33,85	23,54	163,60	1083,33	1,12	71,07	291	4,35	152,59	228,16	108,73	10,00	159,05

Начальник ОДП: Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
17 декабря 2021 г.

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														
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	40/40	10,36	7,61	1,74	115,94	0,11	1,96	368,7	2,75	19,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшеничная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		18,98	0,14	12,31	76,93	27,13	0,91	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Мандарины	1 шт	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,34	20,88	3,6	0,24	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		23,18	18,70	65,20	652,06	0,55	43,16	402,96	3,40	203,36	223,3	86,70	4,96	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом и мясом	250/15	5,91	4,55	18,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,66	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,69	16,79	48,88	8,66	0,89	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,8	1	
Хлеб ржанопшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,69	11,6	62	16,9	1,2	
		30,01	24,40	132,41	866,39	1,00	31,97	307	4,15	104,34	213,91	83,73	6,73	
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

17 декабря 2021 г

Прим. пищи, 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,2	3,6	5		0,03	
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5		0,1	35,7	0,06	150	90	3	0,1	
		21,77	29,81	84,34	697,37	0,99	3,22	168,80	1,28	532,16	398,35	96,99	3,52	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,85	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,56	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		29,56	24,34	129,72	855,82	0,94	31,97	307	3,99	102,17	203,54	79,86	6,48	
Итого за рацион														162,26

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

17 декабря 2021 г

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кДж)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	218,29	0,12	1,21	43,45	0,15	122,14	148,55	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	115,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,5			119		14	0,1	
Итого		20,41	24,85	84,27	646,8	0,35	3,18	134,4	1,21	481,0	360,85	94,24	3,47	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,06	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,08	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	50,31	10,39	1,08	
Чай витаминизированны	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	3,7	39	12,6	0,3	
Итого		29,52	20,71	115,65	766,72	0,76	21,87	284	3,94	100,97	202,04	79,80	6,45	70,00

Начальник ОДП
Исламова Н.А.

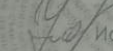
СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

17 декабря 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая л	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак СОП с 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,55	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	5	0,08	7,25	0,13	66,1			46	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		20,41	24,85	84,27	646,8	0,39	3,18	134,4	1,21	481,0	366,85	94,24	3,47	60,00

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

17 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	
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,63	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,18	122,14	148,65	35,34	0,77	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,6	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6							
Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5					119		14	0,1	
Масло сливочное	15	0,12	10,68	0,2	99,16		0,1	35,7	0,06	150	90	8	0,1	
Итого		21,8	28,8	84,3	697	0,39	3,2	168,8	1,28	532	398,35	97	3,3	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	
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,69	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	104,67	0,06	0,22			31,18		16,79	1,88	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1								
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Итого		29,56	24,34	129,72	655,62	0,94	31,97	307	3,58	102,17	203,54	79,66	6,46	78,20

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
17 декабря 2021 г.

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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши)	40/40	10,36	7,61	1,74	115,94	0,11	1,96	368,7	2,75	19,01	111,48	22,37	0,48	
Каша пшениная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		18,98	0,14	12,31	76,93	27,13	0,91	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Мандарины	1 шт	0,56	0,14	5,25	26,6	0,04	27			25		8	0,1	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,34	20,88	3,6	0,24	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		23,18	18,70	65,20	652,06	0,55	43,16	402,96	3,40	203,36	223,3	86,70	4,96	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом и мясом	250/15	5,91	4,55	18,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	70/40	11,84	11,12	11,88	194,87	0,06	0,22			31,18		16,79	1,66	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,66	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,69	16,79	48,88	8,66	0,89	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,8	1	
Хлеб ржанопшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,69	11,6	62	16,9	1,2	
		30,01	24,40	132,41	866,39	1,00	31,97	307	4,15	104,34	213,91	83,73	6,73	
Итого за рацион														233,92

Начальник ОДП
Исламова Н.А.

СЕРГЕЕВ С.А.
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Сыртган

Школьные меню для организации питания обучающихся

17 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Масса порции	Плотность энергии (кДж)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)				Минеральный вещества (мг)				Цена
		В	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Ф	Мg	Na	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	200	337	438	16,6	16,07	0,25	11,38	251,3	1,38	37,77	87,28	28,38	2,38	
Биточки мясные с картофельным пюре	150/45	11,24	11,12	11,38	19,97	0,35	0,12			31,14		16,14	1,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/75	8,58	7,51	37,14	76,18	0,16		0,1	0,38	16,12	48,38	8,38	0,38	
Чай с лимоником и сахаром	200	0,18	0,18	10,18	4,18		2,4	2,14	0,1	2,1	1,14	0,14	0,17	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминизированный	30	0,4	0,1	10,1	3,1	0,1			0,6	0,1	10,1	0,1	0,16	
Хлеб ржанопшеничный	30	0,4	0,1	10,1	3,1	0,1			0,6	0,1	10,1	0,1	0,16	
Итого		28,47	24,21	128,28	187,81	0,82	14,07	307	2,94	102,94	168,98	38,97	3,28	66
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
У-печенье	75	1,4	0,25	21,01	24,45	0,08	0,25	30,38	0,75	31,38	16,12	16,12	0,38	
Чай с лимоником и сахаром	200	0,17	0,17	11,17	46,17		2,04	2,15	0,11	2,15	1,17	0,17	0,18	
Газированный напиток детский сахаросодержащий	50	33,48	33,48	33,18	120,18	0,1	11,18			237,18		217,18	1,18	
Итого		35,05	33,90	124,28	191,26	0,18	13,21	36,5	2,76	240,76	146,3	124,28	2,75	4

Начальник ЦДП

Сыртган В.К.