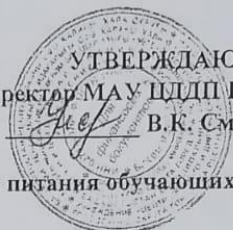




СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

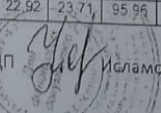
Завтрак

| 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 | |
| Залеканка 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 | 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 | |
| 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 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,03 | |
| Итого | | 30,16 | 19,05 | 42,23 | 465,81 | 0,16 | 0,68 | 115,88 | 1,90 | 310,91 | 352,2 | 38,92 | 1,49 | 74,70 |

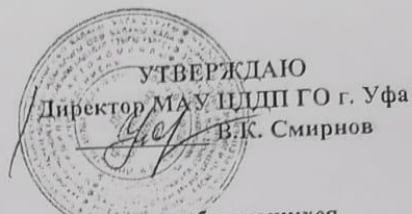
Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

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 | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,08 | 8,02 | 75,64 | 0,04 | 15,9 | 174,15 | 1,56 | 33,58 | 41,79 | 19,27 | 0,9 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,16 | 2,55 | |
| 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 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| 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 | | 22,92 | 23,71 | 95,96 | 681,82 | 0,48 | 19,52 | 283 | 4,34 | 77,16 | 326,54 | 128,03 | 6,55 | 82,06 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





Школьное меню для организации питания обучающихся
3 марта 2022 г.

1 смена

| 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 | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Залежанка 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 | 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 | |
| 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 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,03 | |
| | | 30,16 | 19,05 | 42,23 | 465,81 | 0,16 | 0,68 | 115,86 | 1,90 | 310,91 | 352,2 | 38,92 | 1,49 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,06 | 8,02 | 75,64 | 0,04 | 15,9 | 174,15 | 1,56 | 33,56 | 41,79 | 19,27 | 0,9 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,66 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| 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 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| 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 | |
| | | 22,92 | 23,71 | 95,96 | 661,82 | 0,48 | 19,52 | 283 | 4,34 | 77,16 | 326,54 | 126,03 | 6,55 | |
| Итого за рацион | | | | | | | | | | | | | | 158,48 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г.

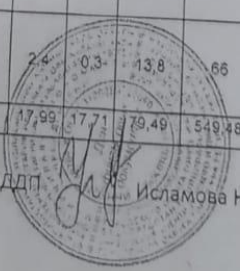
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

| 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 | 120/5 | 25,05 | 8,84 | 15,62 | 246,81 | 0,06 | 0,61 | 47,08 | 1,31 | 202,21 | 269,65 | 29,22 | 0,62 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| 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 для детского питания | 30 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 78 | 0,1 | | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 |
| Итого | | 27,59 | 16,40 | 42,44 | 433,19 | 0,16 | 3,41 | 92,22 | 1,87 | 213,71 | 293,7 | 34,26 | 1,46 | 65,00 |

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

| 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 | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,9 | 4,92 | 9,98 | 92,52 | 0,06 | 19,87 | 216,35 | 1,95 | 40,88 | 51,47 | 23,97 | 1,12 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 6,52 | 7,33 | 7,75 | 124,51 | 0,01 | 2 | 60 | 1,22 | 4,23 | 6,1 | 3,44 | 0,15 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,03 | |
| 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 |
| 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 | | 17,99 | 17,71 | 79,49 | 549,48 | 0,45 | 21,87 | 300 | 4,48 | 71,75 | 228,32 | 119,39 | 5,50 | 70,00 |

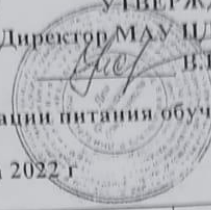
Начальник ОДП
 Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г

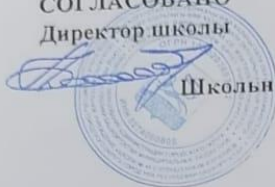
| Прием пищи: наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Обед с 7-11 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,08 | 8,02 | 75,64 | 0,04 | 15,9 | 174,15 | 1,56 | 33,58 | 41,79 | 19,27 | 0,9 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 130/4 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,56 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | | | | | 0,03 |
| 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 | |
| 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 | | 22,48 | 23,62 | 73,02 | 593,12 | 0,48 | 19,52 | 283 | 4,34 | 76,86 | 326,54 | 128,03 | 6,52 | 65,00 |
| Полдник с 7-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Пицца "Детская" (м/с) | 75 | 12,77 | 10,1 | 22,24 | 231,33 | 0,08 | 1,42 | 41,39 | 0,8 | 108,92 | 156,31 | 19,8 | 1,52 | |
| 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 | |
| Итого | | 12,93 | 10,26 | 41,13 | 309,98 | 0,09 | 5,42 | 43,4 | 0,88 | 115,77 | 160,7 | 23,40 | 2,45 | 45,00 |

Начальник ОДДП

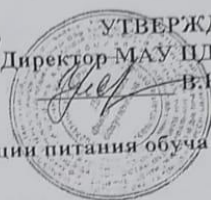


Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



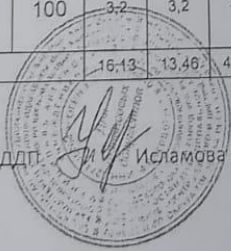
Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г

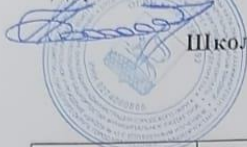
2 смена

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическа я | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|-----------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,03 | 5,67 | 10,16 | 100,62 | 0,06 | 19,89 | 221,7 | 1,96 | 45,28 | 54,52 | 24,42 | 1,13 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,85 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| 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 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| 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 | | 23,40 | 25,30 | 98,10 | 706,80 | 0,50 | 23,51 | 330 | 4,74 | 88,86 | 339,27 | 133,18 | 6,78 | |
| Полдник ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Пицца "Детская" | 75 | 12,77 | 10,1 | 22,24 | 231,33 | 0,08 | 1,42 | 41,39 | 0,8 | 108,92 | 156,31 | 19,8 | 1,52 | |
| 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 | |
| Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого | | 16,13 | 13,46 | 45,63 | 371,98 | 0,12 | 6,02 | 43,4 | 0,88 | 234,77 | 160,7 | 37,40 | 2,55 | 158,48 |

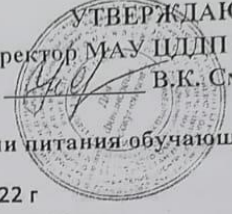
Начальник ОДП:  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г

Завтрак ММС, СОП с 12-18 лет

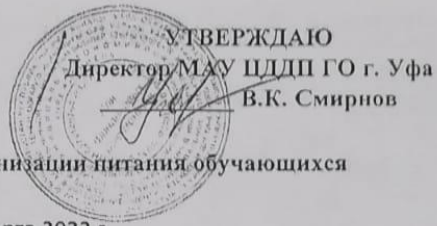
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|--|--------------|----------------------|-------------|-------------|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|-------------|---------------------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| | | 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 | 0,62 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,03 | |
| Итого | | 30 | 19,1 | 42,2 | 466 | 0,16 | 0,68 | 115,9 | 1,90 | 311 | 352,2 | 39 | 1,49 | 72,21 |

Обед ММС, 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 | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,08 | 8,02 | 75,64 | 0,04 | 15,9 | 174,15 | 1,56 | 33,58 | 41,79 | 19,27 | 0,9 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| 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 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| 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 | | 22,92 | 23,71 | 95,96 | 681,82 | 0,48 | 19,52 | 283 | 4,34 | 77,16 | 326,54 | 128,03 | 6,55 | 82,54 |

Начальник ОДП
Исламова Н.А.






Школьное меню для организации питания обучающихся

3 марта 2022 г

1 смена

| 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 | |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | 0,62 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | | 0,03 |
| | | 30,16 | 19,05 | 42,23 | 465,81 | 0,16 | 0,68 | 115,98 | 1,90 | 310,91 | 352,15 | 38,92 | 1,49 | |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 1,55 | 4,08 | 8,02 | 75,64 | 0,04 | 15,9 | 174,15 | 1,56 | 33,58 | 41,79 | 19,27 | 0,9 | |
| Котлеты "Нежные" с томатным соусом | 60/40 | 11,36 | 14,08 | 3,24 | 185,03 | 0,06 | 3,62 | 85,5 | 1,47 | 16,64 | 113 | 16,78 | 1,39 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,35 | 11,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| Компот из смеси | 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 | 0,1 | | | 0,45 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,75 | |
| 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 | |
| | | 22,92 | 23,71 | 95,96 | 681,82 | 0,48 | 19,52 | 283 | 4,34 | 77,16 | 326,54 | 128,03 | 6,55 | |
| Итого за рацион | | | | | | | | | | | | | | 167,22 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.