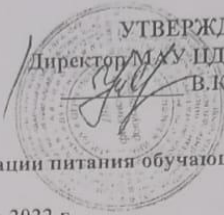


СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

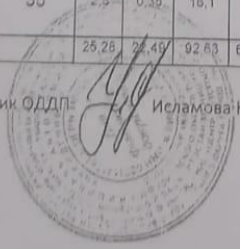
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Плов из мяса птицы	150	12,67	17,62	31,04	332,98	0,09	3,32	206,7	4,35	18,50	152,33	35,24	1,25	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,25		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	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		15,67	24,21	69,59	562,52	0,23	18,12	245,84	5,13	48,90	189,0	51,08	4,74	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	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,59	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
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	0,88	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,25		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,36	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,8	0,36	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
Итого		25,25	24,45	92,63	673,90	0,45	28,79	198	5,26	84,43	282,79	62,67	5,40	82,06

Начальник ОДДП: Исламова Н.А.





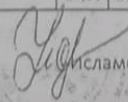
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ НДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

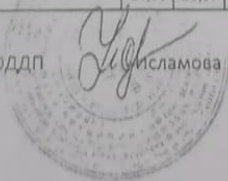
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г

1 смена

Приним 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														
Плов из мяса птицы	190	14,37	19,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9						0,3			0,03
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2,4	0,3	16,5	78	0,1				0,45	6	19,5	4,2	0,75
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		17,25	20,75	73,47	551,88	0,24	15,77	240,32	5,62	46,68	205,44	54,97	4,85	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,36	21,22	0,77	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,81	
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	0,88	
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		24,90	23,97	89,30	671,75	0,43	32,01	243	5,47	90,88	283,41	63,74	5,24	167,22

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

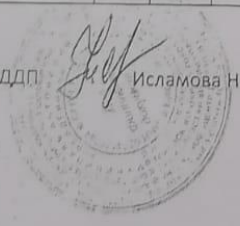
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая л	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,36	21,22	0,77	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
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	0,29	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,58	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		28,51	29,55	122,75	864,04	0,52	32,25	267	6,06	99,15	320,31	71,48	6,06	
Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет														
Дучмак с творогом	75	14,03	8,09	23,95	226,6	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,2	0,69	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		15,03	8,29	44,15	318,60	0,08	4,26	51,2	1,53	107,79	160,1	24,20	3,49	158,48

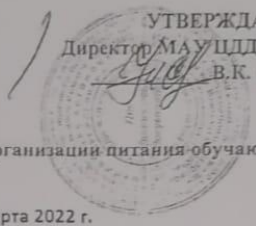
Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



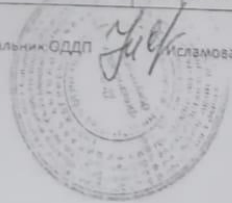
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г.

1 смена

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														
Плов из мяса птицы	150	12,67	17,62	31,04	332,96	0,09	3,32	206,7	4,35	18,68	152,33	35,24	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	0,94	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	18,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		15,67	24,21	69,59	582,52	0,23	18,12	248,84	5,13	48,90	189,0	51,08	4,74	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	18,71	0,51	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,94	15,59	47,18	8,66	0,98	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,94	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,8	0,35	18,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
Итого		25,28	22,48	92,63	673,90	0,45	28,78	198	3,26	84,43	262,79	62,87	5,40	158,48

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*





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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г

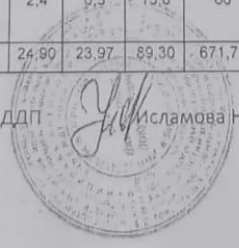
Завтрак ММС, СОП с 12-18 лет

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	
Плов из мяса птицы	190	14,37	19,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		17,25	20,75	73,47	551,88	0,24	15,77	240,32	5,62	46,68	205,44	54,97	4,85	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	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
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	0,88	
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		24,90	23,97	89,30	671,75	0,43	32,01	243	5,47	90,88	283,41	63,74	5,24	82,54

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

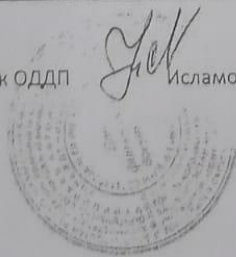
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 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)														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	30/30	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,3	11,25	95,48	12,77	1,43	
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	0,88	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	35	2,8	0,35	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
Итого		22,22	19,15	91,91	628,73	0,44	28,28	196	4,82	80,67	250,92	58,58	4,92	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Дучмак с творогом	75	14,03	8,09	23,95	226,6	0,06	0,26	51,18	1,33	93,79	146,12	16,2	0,69	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		15,03	8,29	44,15	318,60	0,08	4,26	51,2	1,53	107,79	160,1	24,20	3,49	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДиГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2022 г

Примерный состав порционного блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)															
Плов из мяса птицы	170	14,37	16,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	35,97	1,43		
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03		
Хлеб пшеничный обдирочный выпеченный для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75		
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	58,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64		
Итого		17,25	20,75	73,47	551,88	0,24	15,77	240,32	6,82	48,66	205,44	54,97	4,85	65,00	
Обед с 12-18 лет (родительская плата)															
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,66	0,07	31,04	213,1	1,93	45,28	60,38	21,22	0,77		
Турши	30/30	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,3	11,25	95,48	12,77	1,43		
Макаронные изделия спагетти с мясом	150/5	6,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,98		
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03		
Хлеб пшеничный обдирочный выпеченный для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75		
Хлеб диано-пшеничный для детского питания	30		0,3	13,9	66	0,12			0,51	6,7	39	12,6	0,9		
Итого		18,44	20,63	88,58	636,58	0,42	31,50	241	5,03	87,12	251,54	59,45	4,76	70,00	

Исполнитель О.Д.Т. Исламова Н.А.