

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКУ ЦДЛНГО с. Уфа  
В.К. Самарин

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

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	Мg	Fe	
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,54	87,53	0,06	3,61	412,03	1,27	33,36	195,31	45,92	0,74	
Картофельное пюре	170	3,73	5,75	25,03	187,33				0,2	80,84		37,88		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,5	1	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	5,14	0,01	3,1	1,54	0,34	0,07	
Итого		16,31	10,49	59,86	401,14	0,22	6,41	412,47	2,78	135,10	197,9	89,28	1,81	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	Мg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,55	40,88	51,47	23,57	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,88	2,6	0,12	
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	126,6					0,6			0,76	
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12				0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого		19,32	19,09	101,04	846,80	0,47	21,37	285	3,06	72,18	231,10	119,25	5,63	82,06

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г.

1 смена

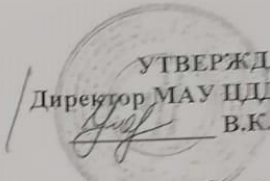
Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОБЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	8,32	4,33	2,84	87,53	0,08	3,81	412,33	1,87	13,36	190,31	45,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,88	23,32	141,87				2,17	48,85		35,12		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	25	5,6	1	
чай с сахаром	200			9,38	39,9					0,2				
		16,02	8,61	58,15	372,15	0,22	3,81	412,33	2,74	66,31	198,3	81,54	1,74	
<b>Обед ОБЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	8,98	92,82	0,06	19,87	218,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,37	2,81	120,13	0,01	1,8	45	1,16	3,35	4,63	2,8	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,85	21,48	148,55	0,15		23,25	0,30	11,84	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,8			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	8		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	68	0,12			0,51	8,7	38	12,8	0,9	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	82	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		19,92	19,24	118,49	726,80	0,37	25,17	285	4,62	85,18	222,35	128,55	7,35	
<b>Итого за рацион</b>														<b>187,49</b>

Начальник ОДЛП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г

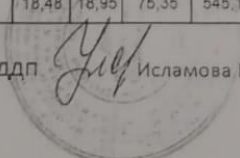
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
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				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
<b>Итого</b>		<b>15,02</b>	<b>9,74</b>	<b>51,22</b>	<b>353,47</b>	<b>0,24</b>	<b>29,55</b>	<b>445,24</b>	<b>2,50</b>	<b>93,24</b>	<b>247,6</b>	<b>78,61</b>	<b>2,02</b>	<b>65,00</b>

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>18,95</b>	<b>75,35</b>	<b>545,10</b>	<b>0,35</b>	<b>21,37</b>	<b>285</b>	<b>4,42</b>	<b>70,88</b>	<b>208,35</b>	<b>118,55</b>	<b>4,69</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

*[Signature]*

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,07	4,05	5,2	62,2				1,56	33,58			19,27	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,46	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			
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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	
<b>Итого</b>		<b>17,65</b>	<b>18,08</b>	<b>70,57</b>	<b>514,78</b>	<b>0,29</b>	<b>1,50</b>	<b>68</b>	<b>4,03</b>	<b>63,58</b>	<b>156,88</b>	<b>113,85</b>	<b>3,57</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,1	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>9,07</b>	<b>8,58</b>	<b>51,11</b>	<b>323,02</b>	<b>0,12</b>	<b>9,68</b>	<b>0,0</b>	<b>0,20</b>	<b>38,91</b>	<b>14,0</b>	<b>23,68</b>	<b>3,74</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП

*[Signature]* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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


Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 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	
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,53	141,67				0,17	46,65		35,12		
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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>15,7</b>	<b>58,5</b>	<b>442</b>	<b>0,22</b>	<b>6,41</b>	<b>457,5</b>	<b>2,85</b>	<b>94</b>	<b>180,9</b>	<b>82</b>	<b>1,83</b>	<b>77,62</b>

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	
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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>18,95</b>	<b>88,87</b>	<b>600,20</b>	<b>0,65</b>	<b>41,47</b>	<b>285</b>	<b>4,42</b>	<b>70,58</b>	<b>208,36</b>	<b>118,55</b>	<b>4,69</b>	<b>87,95</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся


22 сентября 2022

Завтрак СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я ценнос- ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,53	141,67				0,17	46,65		35,12		
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,26		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Итого</b>		<b>16,08</b>	<b>8,42</b>	<b>58,36</b>	<b>375,48</b>	<b>0,22</b>	<b>6,41</b>	<b>412,47</b>	<b>2,75</b>	<b>91,11</b>	<b>177,9</b>	<b>82,45</b>	<b>1,81</b>	<b>72,21</b>

Обед СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,67	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
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	
<b>Итого</b>		<b>19,48</b>	<b>19,15</b>	<b>85,57</b>	<b>597,20</b>	<b>0,37</b>	<b>25,37</b>	<b>285</b>	<b>4,62</b>	<b>84,58</b>	<b>222,35</b>	<b>126,55</b>	<b>7,49</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г

2 смена

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,57	10,16	100,62	0,00	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	6,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,6	0,15		45,75	0,4	12,84	114,75	75,18	2,56	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,8					0,6			0,08	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,8	8	26	5,6	1	
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	40	3,3	0,4	18,4	88	0,16			0,88	11,8	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	82	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>21,89</b>	<b>23,82</b>	<b>128,83</b>	<b>814,95</b>	<b>0,55</b>	<b>25,39</b>	<b>319</b>	<b>8,00</b>	<b>98,68</b>	<b>265,90</b>	<b>130,60</b>	<b>8,87</b>	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Утро	100	19,89	12,73	27,78	266,05	0,15	7,87	23,27	5,33	31,33	113,11	20,88	1,23	
Компот из смеси плодов	200	0,16	0,18	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	8,88	4,4	3,8	0,83	
Рис	120	0,48	0,48	11,76	66,3	0,04	12	6	0,24	18,8	18,8	10,8	2,63	
<b>Итого</b>		<b>11,32</b>	<b>13,37</b>	<b>68,43</b>	<b>403,10</b>	<b>0,18</b>	<b>23,67</b>	<b>31,3</b>	<b>3,75</b>	<b>57,49</b>	<b>130,7</b>	<b>38,98</b>	<b>3,80</b>	<b>187,49</b>

Начальник отдела Исламова И.А.



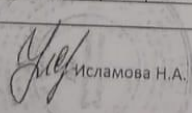
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г

1 смена

Прем 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>														
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9									
		16,47	10,82	61,12	408,62	0,42	34,76	451,55	2,79	105,52	293,02	86,66	3,27	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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				0,45	6		4,2		
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	
Сок фруктовый 0,2	200		0,2	20,2	92	0,02	4			0,2	14	14	8	
		20,99	20,24	122,95	757,00	0,40	25,39	290	4,69	91,45	247,75	142,02	8,06	
<b>Итого за рацион</b>													<b>196,23</b>	

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





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

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 сентября 2022 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,6	0,16		45,75	0,4	12,84	114,75	75,18	2,56	
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	89	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>21,69</b>	<b>23,82</b>	<b>126,83</b>	<b>814,95</b>	<b>0,55</b>	<b>25,39</b>	<b>312</b>	<b>5,00</b>	<b>95,68</b>	<b>265,90</b>	<b>132,60</b>	<b>8,87</b>	
<b>Полдние инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
Урник	100	10,89	12,73	27,78	268,05	0,13	7,87	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,95	0,01		2	0,08	6,88	4,4	3,6	0,93	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>11,53</b>	<b>13,37</b>	<b>58,43</b>	<b>403,40</b>	<b>0,18</b>	<b>23,67</b>	<b>31,3</b>	<b>3,76</b>	<b>57,48</b>	<b>130,7</b>	<b>35,28</b>	<b>4,80</b>	<b>126,23</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.