



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	150	7,85	7,62	33,21	233,52	0,08		50,80		112,21	102,69	13,13	0,85	
Масло сливочное	8	0,06	5,60	0,10	52,88				36,00	0,08	1,92	2,40		0,02
Чай с сахаром	200			9,98	39,90						0,30			0,03
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>10,79</b>	<b>14,20</b>	<b>78,63</b>	<b>485,90</b>	<b>0,22</b>		<b>92,80</b>	<b>0,08</b>	<b>139,63</b>	<b>137,79</b>	<b>28,13</b>	<b>4,29</b>	<b>59,76</b>
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05		167,27		33,58	38,47	16,71	0,61	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30				0,03
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>18,64</b>	<b>14,26</b>	<b>89,69</b>	<b>560,91</b>	<b>0,38</b>		<b>483,51</b>	<b>0,51</b>	<b>92,33</b>	<b>310,58</b>	<b>93,88</b>	<b>3,44</b>	<b>67,12</b>

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак+обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	170	8,89	8,77	37,67	265,97	0,09		58,39		126,65	116,27	14,85	0,96	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Рыба запеченная с овощами (филе минтай)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	150,36	38,13	0,64	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	60,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов*	200	0,44	0,09	22,94	88,70					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>32,50</b>	<b>31,41</b>	<b>188,65</b>	<b>1162,81</b>	<b>0,63</b>	<b>2,80</b>	<b>566,73</b>	<b>0,60</b>	<b>261,03</b>	<b>489,44</b>	<b>132,97</b>	<b>8,10</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

*(Handwritten signature)*

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>обед+полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Рыба отварная под маринадом (Филе минтая)	45/45	9,42	4,26	3,76	91,73	0,08		446,49		32,50	150,43	41,08	0,74	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Курник*	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,80	0,14	0,01	3,40	1,54	0,84	0,10	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>31,78</b>	<b>27,60</b>	<b>182,73</b>	<b>1101,50</b>	<b>0,57</b>	<b>10,37</b>	<b>707,50</b>	<b>3,96</b>	<b>153,80</b>	<b>464,45</b>	<b>137,75</b>	<b>7,76</b>	<b>143,54</b>

Начальник ОДП *(Handwritten signature)* Исламова Н.А.





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



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена		
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>																
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05			167,27			33,58	38,47	16,71	0,61	
Рыба запеченная с овощами (филе минтай)	40/40	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07			292,39			32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04			23,85			10,99	80,34	26,58	0,58	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90							0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10						6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12					0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>18,64</b>	<b>14,26</b>	<b>89,69</b>	<b>560,91</b>	<b>0,38</b>			<b>483,51</b>	<b>0,51</b>		<b>92,33</b>	<b>310,58</b>	<b>93,88</b>	<b>3,44</b>	<b>67,12</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>																
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,10	5,68					24,61		15,68	0,94	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80							0,60			0,06	
<b>Итого</b>		<b>8,51</b>	<b>8,47</b>	<b>54,05</b>	<b>320,92</b>	<b>0,10</b>	<b>5,68</b>					<b>25,21</b>		<b>15,68</b>	<b>1,00</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.







УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	170	8,89	8,77	37,67	265,97	0,09		58,39		126,65	116,27	14,85	0,96	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			46,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>11,85</b>	<b>16,80</b>	<b>82,84</b>	<b>530,67</b>	<b>0,38</b>	<b>10,00</b>	<b>109,39</b>	<b>0,10</b>	<b>154,25</b>	<b>151,97</b>	<b>29,85</b>	<b>4,37</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	150,36	38,13	0,84	
Рис припущенный	180	4,65	5,26	47,21	254,58	0,05		28,35		8,39	96,39	31,61	0,66	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>20,95</b>	<b>16,80</b>	<b>100,26</b>	<b>635,38</b>	<b>0,41</b>		<b>570,70</b>	<b>0,51</b>	<b>101,56</b>	<b>352,58</b>	<b>107,31</b>	<b>3,74</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак+обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	170	8,89	8,77	37,67	265,97	0,09		58,39		126,65	116,27	14,85	0,96	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,15	5,76	9,60	99,76	0,07		213,10		45,28	50,38	21,22	0,77	
Филе грудки отварное	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	150,36	38,13	0,64	
Рис припущенный	160	4,02	4,62	41,51	223,50	0,05		25,20		11,71	85,68	28,35	0,62	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>38,38</b>	<b>38,95</b>	<b>189,14</b>	<b>1260,34</b>	<b>0,84</b>	<b>10,00</b>	<b>696,89</b>	<b>0,61</b>	<b>276,65</b>	<b>652,85</b>	<b>144,31</b>	<b>9,42</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>обед+полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>															
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,15	5,76	9,60	99,76	0,07		213,10				45,28	50,38	21,22	0,77
Филе грудки отварное	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60				6,57	51,56	6,36	0,44
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60				37,29	150,36	38,13	0,64
Рис припущенный	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85				10,99	80,34	26,58	0,58
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	21,25	87,05	0,01		2,00				6,85	4,40	3,60	0,93
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14				0,60		8,00	26,00	5,60	1,00
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16				0,68		11,60	52,00	16,80	1,20
Курник*	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23		
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,80	0,14	0,01	3,40	1,54	0,84	0,10		
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00				19,20	13,20	10,80	2,64
<b>Итого</b>		<b>39,21</b>	<b>35,37</b>	<b>181,02</b>	<b>1198,48</b>	<b>0,70</b>	<b>10,37</b>	<b>115,56</b>	<b>4,73</b>	<b>180,61</b>	<b>542,89</b>	<b>150,81</b>	<b>9,53</b>	<b>167,22</b>	

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

28 ноября 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 12-18 лет ММС,СВО, СОП</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	170	8,89	8,77	37,87	265,97	0,09		58,39		126,65	116,27	14,85	0,96	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>11,85</b>	<b>16,80</b>	<b>62,84</b>	<b>530,67</b>	<b>0,38</b>	<b>10,00</b>	<b>109,39</b>	<b>0,10</b>	<b>154,25</b>	<b>151,97</b>	<b>29,85</b>	<b>4,37</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед 12-18 лет ММС,СВО, СОП</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	45/45	9,48	5,93	3,35	105,24	0,08		334,60		37,29	150,36	38,13	0,64	
Рис припущенный	180	4,65	5,26	47,21	254,58	0,05		28,35		8,39	96,39	31,61	0,66	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
<b>Итого</b>		<b>20,95</b>	<b>16,80</b>	<b>100,26</b>	<b>635,38</b>	<b>0,41</b>		<b>570,70</b>	<b>0,51</b>	<b>101,56</b>	<b>352,58</b>	<b>107,31</b>	<b>3,74</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

