



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Прием пищи,<br>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> |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Каша овсяная   | 150/5               | 6,27                 | 8,07         | 28,48         | 212,17                         | 0,18          | 0,98         | 39,00         | 0,58        | 111,44                    | 177,24        | 53,25         | 1,31         |               |
| "Геркулес" молочная каша с маслом                    |                     |                      |              |               |                                |               |              | 36,00         | 0,78        | 1,92                      | 2,40          |               | 0,02         |               |
| Масло сливочное                                      | 8                   | 0,06                 | 5,80         | 0,10          | 52,88                          |               |              |               |             | 100,00                    | 60,00         | 5,50          | 0,07         |               |
| Сыр (порциями)                                       | 10                  | 2,63                 | 2,66         |               | 35,00                          |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Чай витаминизированный                               | 200                 |                      |              | 9,70          | 39,00                          | 0,15          | 10,00        |               |             |                           |               |               |              |               |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для            | 30                  | 2,40                 | 0,30         | 16,50         | 78,00                          | 0,10          |              |               |             | 6,00                      | 19,50         | 4,20          | 0,75         |               |
| Кисломолочный продукт для детского питания           | 100                 | 3,20                 | 3,20         | 4,50          | 62,00                          | 0,03          | 0,50         |               |             | 119,00                    |               | 14,00         | 0,10         |               |
| Шоколад Аленка                                       | 1 шт                | 0,10                 | 5,00         | 8,10          | 82,50                          | 0,20          |              |               |             | 250,00                    |               | 490,00        | 28,00        |               |
| Мандарины  | 1 шт                | 0,48                 | 0,12         | 4,50          | 22,80                          | 0,04          | 22,80        |               |             | 21,00                     |               | 6,60          | 0,06         |               |
| <b>Итого</b>   |                     | <b>15,14</b>         | <b>25,15</b> | <b>71,88</b>  | <b>584,35</b>                  | <b>0,70</b>   | <b>34,38</b> | <b>98,80</b>  | <b>0,65</b> | <b>609,36</b>             | <b>259,14</b> | <b>573,55</b> | <b>30,31</b> | <b>128,21</b> |
| <b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>    |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной              | 200/5               | 1,54                 | 4,97         | 10,15         | 91,78                          | 0,04          |              | 206,58        |             | 18,56                     | 50,69         | 14,42         | 0,52         |               |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе)      | 40/40               | 10,55                | 13,54        | 2,61          | 174,10                         | 0,06          |              | 81,60         |             | 12,56                     | 92,71         | 13,78         | 0,86         |               |
| Макаронные изделия отварные с маслом                 | 150/5               | 5,82                 | 4,31         | 37,08         | 210,50                         | 0,09          |              | 22,50         |             | 15,59                     | 47,18         | 8,66          | 0,88         |               |
| 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            | 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                      | 39,60         | 12,60         | 0,90         |               |
| Мандарины  | 1 шт                | 0,48                 | 0,12         | 4,50          | 22,80                          | 0,04          | 22,80        |               |             | 21,00                     |               | 6,60          | 0,06         |               |
| Шоколад Аленка                                       | 1 шт                | 0,10                 | 5,00         | 8,10          | 82,50                          | 0,20          |              |               |             | 250,00                    |               | 490,00        | 28,00        |               |
| Сок фруктовый  | 200                 | 1,00                 | 0,20         | 20,20         | 92,00                          | 0,02          | 4,00         |               | 0,20        | 14,00                     | 14,00         | 8,00          | 2,80         |               |
| <b>Итого</b>   |                     | <b>24,45</b>         | <b>28,90</b> | <b>134,19</b> | <b>904,73</b>                  | <b>0,68</b>   | <b>26,80</b> | <b>312,68</b> | <b>0,71</b> | <b>353,26</b>             | <b>267,48</b> | <b>561,86</b> | <b>35,70</b> | <b>141,55</b> |

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



Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Продукты, наименование блюд                               | 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>                 |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |              |
| Рисовый суп с перловой крупой и сметаной                  | 200/5               | 1,54                 | 4,57         | 12,15         | 91,78                          | 0,04          |              | 216,50        |             | 18,56                     | 50,64         | 14,42         | 0,52        |              |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе                  | 40/40               | 10,55                | 13,54        | 2,81          | 174,10                         | 0,76          |              | 81,60         |             | 12,56                     | 92,71         | 13,78         | 0,86        |              |
| Макаронные изделия отварные с маслом                      | 150/5               | 5,92                 | 4,31         | 37,74         | 310,50                         | 0,19          |              | 22,50         |             | 15,59                     | 47,18         | 8,46          | 0,88        |              |
| Чай с сахаром   | 200                 |                      |              | 3,38          | 38,30                          |               |              |               |             | 0,30                      |               |               | 0,73        |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витамином для детского питания | 30                  | 2,40                 | 0,70         | 16,70         | 78,10                          | 0,10          |              |               |             | 6,00                      | 19,50         | 4,20          | 0,75        |              |
| Хлеб ржанопшеничный для детского питания                  | 30                  | 2,40                 | 0,70         | 13,90         | 69,10                          | 0,12          |              |               | 0,51        | 8,70                      | 38,00         | 12,60         | 0,90        |              |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>22,71</b>         | <b>23,42</b> | <b>90,12</b>  | <b>640,28</b>                  | <b>0,41</b>   |              | <b>319,48</b> | <b>0,51</b> | <b>61,71</b>              | <b>249,14</b> | <b>51,66</b>  | <b>3,94</b> | <b>67,12</b> |
| <b>Полдник (родительская плата)</b>                       |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |              |
| Пирожок мясной  | 50                  | 4,32                 | 1,35         | 26,13         | 163,99                         | 0,07          | 0,05         | 30,51         | 0,48        | 14,87                     | 39,31         | 6,76          | 0,53        |              |
| Чай с сахаром   | 200                 |                      |              | 3,38          | 38,30                          |               |              |               |             | 0,30                      |               |               | 0,73        |              |
| Творог детский йогуртовый                                 | 50                  | 63,49                | 61,49        | 89,29         | 1260,16                        | 0,60          | 11,80        |               |             | 2361,11                   |               | 277,78        | 1,99        |              |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>67,81</b>         | <b>62,84</b> | <b>118,42</b> | <b>1432,35</b>                 | <b>0,67</b>   | <b>11,85</b> | <b>30,51</b>  | <b>0,48</b> | <b>2376,28</b>            | <b>39,31</b>  | <b>284,54</b> | <b>2,55</b> | <b>45,00</b> |

Начальник ЦДП: Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

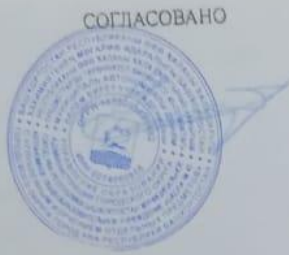
*(Signature)*  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 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 ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)</b> |                     |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |       |        |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная с маслом       | 150/5               | 6,27                 | 8,07  | 28,48  | 212,17                         | 0,18          | 0,98  | 39,00   | 0,58 | 111,44                    | 177,24 | 53,25  | 1,31  |        |
| Масло сливочное                                 | 10                  | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,10                          |               |       | 45,00   | 0,10 | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02  |        |
| Сыр (порциями)                                  | 15                  | 3,95                 | 3,99  |        | 52,50                          |               | 0,11  | 35,70   | 0,06 | 150,00                    | 90,00  | 8,25   | 0,11  |        |
| Чай витаминизированный                          | 200                 |                      |       | 9,70   | 39,00                          | 0,15          | 10,00 |         |      |                           |        |        |       |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для       | 30                  | 2,40                 | 0,30  | 16,50  | 78,00                          | 0,10          |       |         |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75  |        |
| Кисломолочный продукт для детского питания      | 100                 | 3,20                 | 3,20  | 4,50   | 62,00                          | 0,03          | 0,60  |         |      | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10  |        |
| Сок фруктовый                                   | 200                 | 1,60                 | 0,20  | 20,20  | 92,00                          | 0,02          | 4,00  |         | 0,20 | 14,00                     | 14,00  | 8,70   | 2,80  |        |
| Пряники   | 1 шт                | 0,71                 | 0,56  | 9,00   | 43,92                          | 0,01          |       |         |      | 1,32                      |        | 1,08   | 0,10  |        |
| Шоколад Аленка                                  | 1 шт                | 0,10                 | 5,00  | 8,10   | 82,50                          | 0,20          |       |         |      | 250,00                    |        | 490,00 | 28,00 |        |
| <b>Итого</b>                                    |                     | 17,71                | 28,57 | 96,61  | 728,19                         | 0,69          | 15,69 | 119,70  | 0,94 | 654,16                    | 303,74 | 578,78 | 33,19 |        |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)</b>    |                     |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |       |        |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной         | 250/10              | 2,02                 | 6,78  | 12,82  | 120,80                         | 0,06          |       | 262,24  |      | 26,51                     | 65,65  | 18,36  | 0,66  |        |
| Филе грудки отварное (на суп)                   | 30                  | 7,10                 | 6,09  | 0,35   | 84,14                          | 0,04          | 1,00  | 15,12   | 0,12 | 7,88                      | 61,87  | 7,63   | 0,53  |        |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе        | 45/45               | 11,92                | 15,55 | 2,76   | 198,18                         | 0,07          |       | 91,98   |      | 14,52                     | 104,81 | 15,57  | 0,98  |        |
| Макаронные изделия отварные с маслом            | 150/10              | 5,86                 | 7,93  | 37,14  | 243,55                         | 0,09          |       | 45,00   |      | 16,79                     | 48,68  | 8,66   | 0,89  |        |
| Компот из свежих плодов                         | 200                 | 0,16                 | 0,16  | 16,26  | 67,10                          | 0,01          |       | 2,00    |      | 6,70                      | 4,40   | 3,60   | 0,91  |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для       | 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  |        |
| Мандарины                                       | 3 шт                |                      |       |        |                                | 0,11          |       |         |      | 63,00                     |        | 19,80  | 0,18  |        |
| Яблоко  | 2 шт                | 1,00                 | 1,00  | 24,50  | 117,50                         | 0,08          |       | 25,00   |      | 40,00                     |        | 22,50  | 5,50  |        |
| <b>Итого</b>                                    |                     | 32,86                | 38,11 | 124,13 | 975,27                         | 0,68          | 26,00 | 416,34  | 0,63 | 190,10                    | 343,91 | 112,92 | 11,30 | 338,23 |

Начальник ОДП *(Signature)* Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса порции,<br>(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 ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>               |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной                    | 250/5                  | 1,89                 | 6,03         | 12,64         | 112,70                         | 0,06          |              | 256,89        |             | 22,11                     | 62,60         | 17,91         | 0,65         |               |
| Филе грудки отварное (на суп)                              | 30                     | 7,10                 | 6,09         | 0,35          | 84,14                          | 0,04          | 1,00         | 15,12         | 0,12        | 7,88                      | 61,87         | 7,63          | 0,53         |               |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе                   | 45/45                  | 11,92                | 15,55        | 2,76          | 198,18                         | 0,07          |              | 91,98         |             | 14,52                     | 104,81        | 15,57         | 0,98         |               |
| Макаронные изделия отварные с маслом                       | 150/10                 | 5,86                 | 7,93         | 37,14         | 243,55                         | 0,09          |              | 45,00         |             | 16,79                     | 48,68         | 8,66          | 0,89         |               |
| 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         |               |
| Мандарины  | 3 шт                   |                      |              |               |                                | 0,11          |              |               |             | 63,00                     |               | 19,80         | 0,18         |               |
| Яблоко   | 2 шт                   | 1,00                 | 1,00         | 24,50         | 117,50                         | 0,08          | 25,00        |               |             | 40,00                     |               | 22,50         | 5,50         |               |
| Шоколад Аленка   | 1 шт                   | 0,10                 | 5,00         | 8,10          | 82,50                          | 0,20          |              |               |             | 250,00                    |               | 490,00        | 28,00        |               |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>32,83</b>         | <b>42,36</b> | <b>137,04</b> | <b>1069,62</b>                 | <b>0,88</b>   | <b>26,00</b> | <b>410,99</b> | <b>0,63</b> | <b>435,85</b>             | <b>340,86</b> | <b>602,47</b> | <b>39,31</b> |               |
| <b>полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>            |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Плюшка московская  | 100                    | 8,62                 | 8,45         | 58,30         | 343,35                         | 0,13          | 0,09         | 12,22         | 4,11        | 28,22                     | 76,92         | 13,54         | 1,05         |               |
| Чай витаминизированный                                     | 200                    |                      |              | 9,70          | 39,00                          | 0,15          | 10,00        |               |             |                           |               |               |              |               |
| Творог детский фасованный                                  | 50                     | 63,49                | 3,49         | 89,29         | 1230,16                        | 0,60          | 11,91        |               |             | 2361,1                    |               | 277,78        | 1,99         |               |
| Пюре ФрутоНяня   | 1                      |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |              |               |
| Пряники  | 1 шт                   | 0,71                 | 0,56         | 9,00          | 43,92                          | 0,01          |              |               |             | 1,32                      |               | 1,08          | 0,10         |               |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>72,82</b>         | <b>72,51</b> | <b>166,29</b> | <b>1656,43</b>                 | <b>0,89</b>   | <b>22,00</b> | <b>12,22</b>  | <b>4,11</b> | <b>2390,65</b>            | <b>76,92</b>  | <b>292,40</b> | <b>3,13</b>  | <b>338,23</b> |

Начальник ОДП *Исламова НА* Исламова НА





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                | Масса порции,<br>(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 ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b> |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |      |        |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная                 | 180/10                 | 7,56                 | 12,59 | 34,22  | 281,04                         | 0,22          | 1,17  | 64,80   | 0,73 | 134,47                    | 213,89 | 63,88  | 1,58 |        |
| Масло сливочное                                  | 10                     | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,10                          |               |       | 45,00   | 0,10 | 2,40                      | 3,00   |        | 0,03 |        |
| Сыр (поршнями)                                   | 15                     | 3,95                 | 3,99  |        | 52,50                          |               | 0,11  | 35,70   | 0,06 | 150,00                    | 90,00  | 8,25   | 0,11 |        |
| Чай витаминизированный                           | 200                    |                      |       | 9,70   | 39,00                          | 0,15          | 10,00 |         |      |                           |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для        | 40                     | 3,20                 | 0,40  | 22,00  | 104,00                         | 0,14          |       |         | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Кисломолочный продукт для детского питания       | 100                    | 3,20                 | 3,20  | 4,50   | 62,00                          | 0,03          | 0,60  |         |      | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Сок фруктовый                                    | 200                    | 1,00                 | 0,20  | 20,20  | 92,00                          | 0,02          | 4,00  |         |      | 0,20                      | 14,00  | 14,00  | 8,00 | 2,80   |
| Пряники  | 1 шт                   | 0,71                 | 0,56  | 9,09   | 43,92                          | 0,01          |       |         |      | 1,32                      |        | 1,08   | 0,10 |        |
| <b>Итого</b>                                     |                        | 19,70                | 28,19 | 93,75  | 740,56                         | 0,57          | 15,88 | 145,50  | 1,69 | 429,19                    | 346,89 | 100,81 | 5,71 |        |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>    |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |      |        |
| Расоольник с перловой крупой и сметаной          | 250/10                 | 2,02                 | 6,78  | 12,82  | 120,80                         | 0,06          |       | 262,24  |      | 26,51                     | 65,65  | 18,36  | 0,66 |        |
| Филе грудки отварное (на суп)                    | 30                     | 7,10                 | 6,09  | 0,35   | 84,14                          | 0,04          | 1,00  | 15,12   | 0,12 | 7,88                      | 61,87  | 7,63   | 0,53 |        |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе)  | 50/50                  | 17,18                | 3,05  |        | 219,32                         | 0,07          |       | 102,20  |      | 16,45                     | 116,44 | 17,32  | 1,09 |        |
| Макаронные изделия отварные с маслом             | 180/10                 | 7,01                 | 8,07  | 44,55  | 279,04                         | 0,11          |       | 45,00   | 1,05 | 19,52                     | 57,81  | 10,39  | 1,07 |        |
| 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        | 40                     | 3,20                 | 0,40  | 22,00  | 104,00                         | 0,14          |       |         | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Хлеб ржанопшеничный для детского питания         | 40                     | 3,20                 | 0,40  | 18,40  | 88,00                          | 0,16          |       |         | 0,68 | 11,60                     | 52,00  | 16,80  | 1,20 |        |
| Мандарины  | 1 шт                   | 0,98                 | 0,12  | 4,50   | 22,80                          | 0,04          | 22,80 |         |      | 21,00                     |        | 6,60   | 0,06 |        |
| Яблоко   | 130                    | 0,52                 | 0,52  | 20,41  | 61,10                          | 0,04          |       | 6,50    |      | 20,80                     | 14,30  | 11,70  | 2,86 |        |
| <b>Итого</b>                                     |                        | 39,72                | 49,72 | 106,62 | 1066,25                        | 0,67          | 23,80 | 433,06  | 2,45 | 138,61                    | 398,47 | 98,00  | 9,40 | 293,46 |

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



В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 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, СОП, СВО)</b>    |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |              |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом           | 150/4               | 6,27                 | 7,35         | 28,46         | 205,56                         | 0,18          | 0,98         | 34,50         | 0,57        | 111,20                    | 176,94        | 53,25        | 1,31        |              |
| Сыр (порциями)   | 10                  | 2,63                 | 2,66         |               | 35,00                          |               |              | 23,80         |             | 100,00                    | 60,00         | 5,50         | 0,07        |              |
| 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        |              |
| Кисломолочный продукт для детского питания                 | 100                 | 3,20                 | 3,20         | 4,50          | 62,00                          | 0,03          | 0,60         |               |             | 119,00                    |               | 14,00        | 0,10        |              |
| <b>Итого</b>   |                     | <b>14,58</b>         | <b>20,76</b> | <b>59,29</b>  | <b>485,66</b>                  | <b>0,46</b>   | <b>11,58</b> | <b>103,30</b> | <b>0,67</b> | <b>338,60</b>             | <b>259,44</b> | <b>76,95</b> | <b>2,25</b> | <b>72,21</b> |
| <b>Обед 12-18 лет (родительская плата, СОП, СВО)</b>       |                     |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |              |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной                    | 250/5               | 1,89                 | 6,03         | 12,64         | 112,70                         | 0,06          |              | 256,89        |             | 22,11                     | 62,60         | 17,91        | 0,65        |              |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)     | 50/50               | 13,25                | 17,18        | 3,05          | 219,32                         | 0,07          |              | 102,20        |             | 16,45                     | 116,44        | 17,32        | 1,09        |              |
| Макаронные изделия отварные с маслом                       | 180/5               | 6,97                 | 4,44         | 44,48         | 245,99                         | 0,11          |              | 22,50         |             | 18,32                     | 56,31         | 10,39        | 1,06        |              |
| 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>27,07</b>         | <b>28,41</b> | <b>111,72</b> | <b>809,06</b>                  | <b>0,47</b>   |              | <b>383,59</b> | <b>0,51</b> | <b>78,43</b>              | <b>298,25</b> | <b>66,02</b> | <b>5,38</b> | <b>82,54</b> |

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса порции,<br>(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 ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)</b>              |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |               |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной                    | 250/10                 | 2,02                 | 6,78         | 12,82         | 120,80                         | 0,06          |              | 262,24        |             | 26,51                     | 65,65         | 18,36         | 0,66        |               |
| Филе грудки отварное (на суп)                              | 30                     | 7,10                 | 6,09         | 0,35          | 84,14                          | 0,04          | 1,00         | 15,12         | 0,12        | 7,88                      | 61,87         | 7,63          | 0,53        |               |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)     | 50/50                  | 13,25                | 17,18        | 3,05          | 219,32                         | 0,07          |              | 102,20        |             | 16,45                     | 116,44        | 17,32         | 1,09        |               |
| Макаронные изделия отварные с маслом                       | 180/5                  | 6,97                 | 4,44         | 44,48         | 245,99                         | 0,11          |              | 22,50         |             | 18,32                     | 56,31         | 10,39         | 1,06        |               |
| 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        |               |
| Мандарины  | 1 шт                   | 0,48                 | 0,12         | 4,50          | 22,80                          | 0,04          | 22,80        |               |             | 21,00                     |               | 6,60          | 0,06        |               |
| Яблоко   | 130                    | 0,52                 | 0,52         | 20,41         | 61,10                          | 0,04          |              | 6,50          |             | 20,80                     | 14,30         | 11,70         | 2,86        |               |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>36,90</b>         | <b>36,09</b> | <b>147,26</b> | <b>1033,20</b>                 | <b>0,67</b>   | <b>23,80</b> | <b>410,56</b> | <b>1,40</b> | <b>137,41</b>             | <b>396,97</b> | <b>98,00</b>  | <b>9,39</b> |               |
| <b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)</b>           |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |               |
| Плюшка московская  | 100                    | 8,67                 | 6,69         | 58,38         | 328,12                         | 0,13          | 0,09         | 41,02         | 1,36        | 29,75                     | 78,71         | 13,54         | 1,06        |               |
| Чай с сахаром  | 200                    |                      |              | 9,98          | 39,90                          |               |              |               |             | 0,30                      |               |               | 0,03        |               |
| Творог детский фасованный                                  | 50                     | 63,49                | 63,49        | 89,29         | 1230,16                        | 0,60          | 11,91        |               |             | 361,11                    |               | 277,78        | 1,99        |               |
| Пряники  | 1 шт                   | 0,71                 | 0,56         | 9,00          | 43,92                          | 0,01          |              |               |             | 1,32                      |               | 1,08          | 0,10        |               |
| Пюре ФрутоНяня   | 1                      |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |               |
| Сок фруктовый  | 200                    | 1,00                 | 0,20         | 20,20         | 92,00                          | 0,02          | 4,00         |               | 0,20        | 14,00                     | 14,00         | 8,00          | 2,80        |               |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>73,87</b>         | <b>70,95</b> | <b>186,85</b> | <b>1734,10</b>                 | <b>0,76</b>   | <b>16,00</b> | <b>41,02</b>  | <b>1,56</b> | <b>406,48</b>             | <b>92,71</b>  | <b>300,40</b> | <b>5,97</b> | <b>293,46</b> |

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДПТГО г.Уфа

*[Handwritten signature]*

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 декабря 2022 г.

| Пример пищи, минимальное блюдо                    | 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</b>                      |                     |                      |       |       |                                |               |       |         |      |                           |        |       |      |        |
| Каша овсяная                                      | 150/5               | 6,27                 | 8,07  | 28,48 | 212,17                         | 0,18          | 0,98  | 39,00   | 0,58 | 111,44                    | 177,24 | 53,25 | 1,31 |        |
| "Геркулес" молочная каша с маслом                 | 15                  | 3,85                 | 3,99  |       | 52,50                          |               | 0,11  | 35,70   | 0,06 | 150,00                    | 90,00  | 8,25  | 0,11 |        |
| Сыр (попелушка)                                   | 10                  | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,10                          |               |       | 45,00   | 0,10 | 2,40                      | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Масло сливочное                                   | 200                 |                      |       | 9,70  | 39,00                          | 0,15          | 10,00 |         |      |                           |        |       |      |        |
| Чай   |                     |                      |       |       |                                |               |       |         | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминизированный для | 40                  | 3,20                 | 0,40  | 22,00 | 104,00                         | 0,14          |       |         |      |                           |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминизированный для | 100                 | 3,20                 | 3,20  | 4,50  | 62,00                          | 0,03          | 0,60  |         |      | 119,00                    |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Магги   | 1 шт                | 0,71                 | 0,56  | 9,00  | 43,92                          | 0,01          |       |         |      | 1,32                      |        | 1,08  | 0,10 |        |
| Пряники   | 1 шт                | 0,48                 | 0,12  | 4,50  | 22,80                          | 0,04          | 22,80 |         |      | 21,00                     |        | 6,60  | 0,06 |        |
| Магги   | 1 шт                | 1,00                 | 0,20  | 20,20 | 92,00                          | 0,02          | 4,00  |         | 0,20 | 14,00                     | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Салат фруктовый                                   | 200                 |                      |       |       | 694,49                         | 0,57          | 38,49 | 119,70  | 1,54 | 427,16                    | 310,24 | 96,78 | 5,50 | 147,29 |
| Итого   |                     | ##                   | 23,79 | 98,51 | 694,49                         | 0,57          | 38,49 | 119,70  | 1,54 | 427,16                    | 310,24 | 96,78 | 5,50 | 147,29 |
| <b>Обед 12-18 лет ММС</b>                         |                     |                      |       |       |                                |               |       |         |      |                           |        |       |      |        |
| Рисовый с перловой крупой и овощами               | 250/10              | 2,02                 | 6,78  | 12,82 | 120,80                         | 0,06          |       | 262,24  |      | 26,51                     | 65,65  | 18,36 | 0,66 |        |
| Филе курицы отварное без кожи                     | 30                  | 7,10                 | 6,09  | 0,35  | 84,14                          | 0,04          | 1,00  | 15,12   | 0,12 | 7,88                      | 61,87  | 7,63  | 0,53 |        |
| Масло сливочное в сливочном соусе (филе)          | 50/50               | ##                   | 17,18 | 3,05  | 219,32                         | 0,07          |       | 102,20  |      | 16,45                     | 116,44 | 17,32 | 1,09 |        |
| Макаронные изделия отварные с маслом              | 180/10              | 7,01                 | 8,07  | 44,55 | 279,04                         | 0,11          |       | 45,00   | 1,05 | 19,52                     | 57,81  | 10,39 | 1,07 |        |
| Кашкот из свежих овощей                           | 200                 | 0,16                 | 0,16  | 21,25 | 87,05                          | 0,01          |       | 2,00    |      | 6,85                      | 4,40   | 3,60  | 0,93 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминизированный для | 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 |        |
| Магги   | 1 шт                | 0,48                 | 0,12  | 4,50  | 22,80                          | 0,04          | 22,80 |         |      | 21,00                     |        | 6,60  | 0,06 |        |
| Пряники   | 1 шт                | 0,71                 | 0,56  | 9,00  | 43,92                          | 0,01          |       |         |      | 1,32                      |        | 1,08  | 0,10 |        |
| Итого   |                     | ##                   | 39,76 | ##    | 1049,07                        | 0,64          | 23,80 | 426,56  | 2,45 | 119,13                    | 384,17 | 87,38 | 6,64 | 157,62 |

Исполнитель: *[Handwritten signature]* ИСКИНА И.А.