



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

26 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 (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	5,80	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	
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Пряники	1 шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Шоколад Алленка	1 шт	1,00	5,10	8,00	82,50					52,80	46,30		0,20	
<b>Итого</b>		<b>13,54</b>	<b>20,10</b>	<b>117,40</b>	<b>683,82</b>	<b>0,25</b>	<b>4,00</b>	<b>93,30</b>	<b>0,28</b>	<b>209,35</b>	<b>199,19</b>	<b>38,11</b>	<b>7,61</b>	<b>128,21</b>
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</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)	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	
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Мандарины	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	
<b>Итого</b>		<b>21,26</b>	<b>16,45</b>	<b>148,98</b>	<b>797,66</b>	<b>0,48</b>	<b>22,80</b>	<b>530,49</b>	<b>0,51</b>	<b>143,05</b>	<b>333,74</b>	<b>117,32</b>	<b>6,64</b>	<b>141,55</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

26 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>														
Макаронные изделия, запеченные с сыром	180	10,59	12,08	44,51	330,06	0,11	0,10	65,01	2,13	154,01	139,22	17,81	1,14	
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	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Пряники	2 шт													
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	
Шоколад Аленка	1 шт	1,00	5,10	8,00	82,50					52,80	46,30		0,20	
Итого		15,47	24,98	101,79	700,66	0,40	14,10	110,01	2,43	230,21	225,27	30,71	5,04	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 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 (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	
Рыба запеченная с овощами	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 смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Яблоко	2 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Пюре ФрутоНяня	1													
Итого		29,79	24,19	147,78	927,94	0,58	26,00	588,02	0,72	159,91	416,54	137,43	10,05	338,23

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



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

26 декабря 2022 г.

Принем 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</b>														
Макаронные изделия с тертым сыром	180	9,38	9,72	39,58	284,16	0,10		64,56		134,40	123,12	15,67	1,01	
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	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Мандарины	1 шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
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	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
<b>Итого</b>		<b>15,37</b>	<b>18,77</b>	<b>125,52</b>	<b>713,08</b>	<b>0,50</b>	<b>36,80</b>	<b>116,06</b>	<b>0,90</b>	<b>201,92</b>	<b>180,42</b>	<b>48,65</b>	<b>7,85</b>	<b>147,29</b>
<b>Обед 12-18 лет ММС</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 (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	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	50/50	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	165,35	41,92	0,70	
Рис припущенный	180	4,65	5,26	47,21	254,58	0,05		28,35		8,39	96,39	31,61	0,66	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
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	
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Пряники	1 шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
<b>Итого</b>		<b>32,41</b>	<b>25,15</b>	<b>163,70</b>	<b>976,75</b>	<b>0,60</b>	<b>1,00</b>	<b>628,77</b>	<b>1,40</b>	<b>144,33</b>	<b>466,29</b>	<b>137,56</b>	<b>7,88</b>	<b>157,62</b>







УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

26 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>обед 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 (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	
Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	50/50	10,44	6,07	3,61	111,45	0,09		365,70		40,46	165,35	41,92	0,70	
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 смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
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	
Пюре ФрутоНяня	1													
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04		6,50		20,80	14,30	11,70	2,86	
Пряники	1 шт	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
<b>Итого</b>		<b>31,78</b>	<b>24,51</b>	<b>158,00</b>	<b>945,67</b>	<b>0,60</b>	<b>1,00</b>	<b>625,62</b>	<b>1,40</b>	<b>147,65</b>	<b>455,58</b>	<b>134,30</b>	<b>7,84</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
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	
Мандарины	1 шт	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
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>12,23</b>	<b>13,06</b>	<b>72,65</b>	<b>465,03</b>	<b>0,19</b>	<b>37,17</b>	<b>23,41</b>	<b>3,65</b>	<b>69,83</b>	<b>128,65</b>	<b>36,32</b>	<b>4,19</b>	<b>293,46</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.

26 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>														
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	
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, СОП, СВО)</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	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 ОДДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

26 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (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>														
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 (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	
Рыба запеченная с овощами	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 смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Яблоко	1 шт	1,00	1,00	24,50	117,50	0,08	25,00			40,00		22,50	5,50	
Пюре ФрутоНаня	1													
Шоколад Аленка	1 шт	1,00	5,10	8,00	82,50					52,80	46,30		0,20	
<b>Итого</b>		<b>30,79</b>	<b>29,29</b>	<b>155,78</b>	<b>1010,44</b>	<b>0,58</b>	<b>26,00</b>	<b>588,02</b>	<b>0,72</b>	<b>212,71</b>	<b>462,84</b>	<b>137,43</b>	<b>10,25</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
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	
Мандарины	3 шт					0,11				63,00		19,80	0,18	
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>11,75</b>	<b>12,94</b>	<b>68,15</b>	<b>442,23</b>	<b>0,26</b>	<b>14,37</b>	<b>23,41</b>	<b>3,65</b>	<b>111,83</b>	<b>128,65</b>	<b>49,52</b>	<b>4,31</b>	<b>338,23</b>

Начальник ОДП Ислемова Н.А.







УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «СОЮЗБАНК»  
 В.С. Смирнов

Штатное меню для организации питания обучающихся

26 декабря 2022 г.

Пример блюда, наименование блюда	Масса порции г. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Доп.
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Закупка ОПС, категория 13-18 лет (1 СМВЕРЯ)</b>														
Макаронные изделия с сырным соусом	100	9,38	9,72	28,58	294,16	1,11		69,38		129,40	121,12	12,57	1,0	
Масло сливочное	10	1,18	7,25	1,13	66,10			45,68	0,10	7,40	2,00			11,12
Чай вспенивающийся	200			9,70	26,30	1,15	11,80							
Хлеб пшеничный обогаченный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	70,00	1,12				6,00	18,50	4,50		11,70
Сок фруктовый	200	1,00	1,20	20,20	62,00	1,12	4,00		0,20	1,50	4,00	6,00		12,00
Прокваша	1 шт	0,71	0,56	6,00	42,50	0,01				1,10		1,00		1,10
Макаронны	1 шт	1,41	1,12	4,50	21,80	0,18	12,80			11,70		6,60		12,70
Итого		14,25	1,15	48,67	625,66	1,75	16,80	165,66	0,30	178,12	139,62	24,57		47,62
<b>Обед ОПС, категория 13-18 лет (1 СМВЕРЯ)</b>														
Ще из свеклы капуста со сметаной	250/5	2,12	5,01	6,42	91,66	0,76		107,76		6,76	6,76	6,76		6,76
Омлет курица отварное (на суп)	30	7,10	4,08	1,75	84,14	0,74	1,80	12,12	0,12	6,76	6,76	6,76		6,76
Рыба запеченная с сметаной (филе минтай)	50/50	10,44	4,07	3,81	111,45	0,68		165,68		6,76	6,76	6,76		6,76
Рис пропаренный	160	4,02	4,62	41,51	223,51	0,65		11,51		6,76	6,76	6,76		6,76
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,16	33,12	126,80					6,76	6,76	6,76		6,76
Хлеб пшеничный обогаченный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	70,00	0,10				6,76	6,76	6,76		6,76
Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				6,76	6,76	6,76		6,76
Пюре Фруктовое	1							6,50		20,80	14,50	11,00		6,50
Яблоко	130	0,52	0,52	20,41	61,10	0,04				6,76	6,76	6,76		6,76
Итого		29,34	23,00	118,72	845,65	0,80	1,80	600,17	0,63	137,07	133,68	127,17		133,68

Начальник ОЗОП *И.С. Смирнов* Игнатова Н.А.