



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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	0,35	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		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	
Итого		13,51	16,92	64,01	465,40	0,36	10,60	86,80	0,08	239,13	124,59	31,33	1,72 64,44	
<b>Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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	
Итого		22,80	21,11	100,09	681,67	0,94	31,75	330,15	2,49	66,47	263,61	130,46	6,40 72,54	

Начальник ОДП Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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>22,80</b>	<b>21,11</b>	<b>100,09</b>	<b>681,67</b>	<b>0,94</b>	<b>31,75</b>	<b>330,15</b>	<b>2,49</b>	<b>66,47</b>	<b>263,61</b>	<b>130,46</b>	<b>6,40</b>	<b>72,54</b>
<b>Полдник (родительская плата)</b>														
Плюшка московская	50	4,33	3,35	29,15	163,89	0,07	0,05	20,51	0,68	14,87	39,31	6,76	0,53	
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	
<b>Итого</b>		<b>67,82</b>	<b>66,84</b>	<b>128,42</b>	<b>1433,95</b>	<b>0,67</b>	<b>11,96</b>	<b>20,51</b>	<b>0,68</b>	<b>376,28</b>	<b>39,31</b>	<b>284,34</b>	<b>2,55</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО



Утверждено  
 Директор МБОУ СОШ № 10  
 \_\_\_\_\_  
 В.С. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 января 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У		В1	С	Р	К	Са	Мg	К	Na
<b>Завтрак ОБС (мальчики 7-11 лет) (С.М.С.14)</b>													
Макаронные изделия с тертым сыром	180	9,38	9,72	59,58	284,16	0,70	4,26			14,65	17,12	10,11	1,00
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88		0,00			0,00	0,00	0,00	0,00
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		53,00		0,00			0,00	0,00	0,00	0,00
Чай витаминизированный	200			8,70	58,00	0,25	16,00						
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				0,00	0,00	0,00	0,10
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,20	3,20	4,80	62,00	0,03	0,00			10,00		4,00	0,10
<b>Итого</b>		<b>17,67</b>	<b>21,68</b>	<b>79,18</b>	<b>557,04</b>	<b>0,98</b>	<b>20,26</b>			<b>14,65</b>	<b>17,12</b>	<b>10,11</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед ОБС (мальчики 7-11 лет) (С.М.С.14)</b>													
Суп картофельный с горохом	350	5,91	4,55	18,49	142,91	0,21	11,61	0,00	1,00	11,77	17,00	11,00	1,00
Витаминизированный напиток из фруктов с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	4,52	143,21	0,04	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00
Каша гречневая вязкая с маслом	150/3	4,77	8,80	21,48	148,53	0,18	0,00			0,00	0,00	0,00	0,10
Витаминизированный напиток	300			21,30	83,00	0,10	16,10			0,00	0,00	0,10	0,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,40	0,30	16,30	78,00	0,10				0,00	0,00	0,10	0,10
Чай витаминизированный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	68,00	0,10				0,11	0,10	0,10	0,10
<b>Итого</b>		<b>22,80</b>	<b>24,75</b>	<b>80,79</b>	<b>565,15</b>	<b>0,63</b>	<b>27,71</b>			<b>11,77</b>	<b>17,00</b>	<b>11,10</b>	<b>1,20</b>

Подготовлено: \_\_\_\_\_  
 Проверено: \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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 7-11 лет (2 СМЕНА)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60	0,16		45,75	0,40	12,84	114,75	75,18	2,56	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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>22,84</b>	<b>24,74</b>	<b>100,15</b>	<b>714,72</b>	<b>0,94</b>	<b>31,75</b>	<b>352,65</b>	<b>2,89</b>	<b>67,67</b>	<b>265,11</b>	<b>130,46</b>	<b>6,41</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 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			361,1		277,78	1,99	
<b>Итого</b>		<b>72,11</b>	<b>71,94</b>	<b>157,57</b>	<b>1613,41</b>	<b>0,73</b>	<b>12,00</b>	<b>12,22</b>	<b>4,11</b>	<b>389,6</b>	<b>76,92</b>	<b>291,32</b>	<b>3,07</b>	<b>151,22</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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, ММС, 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	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	3,50	0,07	
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	
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>18,00</b>	<b>22,28</b>	<b>74,00</b>	<b>572,07</b>	<b>0,41</b>	<b>10,60</b>	<b>127,19</b>	<b>0,70</b>	<b>356,05</b>	<b>205,27</b>	<b>39,95</b>	<b>2,15</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС, СВО)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40		13,51	135,60	90,20	3,05	
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	
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>24,14</b>	<b>21,41</b>	<b>93,32</b>	<b>661,77</b>	<b>0,84</b>	<b>21,65</b>	<b>330,30</b>	<b>2,49</b>	<b>69,34</b>	<b>289,21</b>	<b>146,18</b>	<b>7,03</b>	<b>89,45</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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>Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС, 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	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
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>18,00</b>	<b>22,28</b>	<b>74,00</b>	<b>572,07</b>	<b>0,41</b>	<b>10,60</b>	<b>127,19</b>	<b>0,70</b>	<b>356,05</b>	<b>205,27</b>	<b>39,95</b>	<b>2,15</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС, СВО)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40		13,51	135,60	90,20	3,05	
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	
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>24,14</b>	<b>21,41</b>	<b>93,32</b>	<b>661,77</b>	<b>0,84</b>	<b>21,65</b>	<b>330,30</b>	<b>2,49</b>	<b>69,34</b>	<b>289,21</b>	<b>146,18</b>	<b>7,03</b>	<b>89,45</b>

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





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

  
 В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/40	7,11	8,67	4,14	123,67	0,01	2,00	60,00	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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 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	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>23,11</b>	<b>19,20</b>	<b>122,02</b>	<b>727,23</b>	<b>0,96</b>	<b>33,75</b>	<b>351,65</b>	<b>3,20</b>	<b>85,44</b>	<b>259,88</b>	<b>134,60</b>	<b>9,14</b>	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Плошка 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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	33,12	129,80					0,60			0,06	
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,60	11,91			2361,11		277,78	1,99	
<b>Итого</b>		<b>72,55</b>	<b>72,03</b>	<b>180,71</b>	<b>1703,31</b>	<b>0,73</b>	<b>12,00</b>	<b>12,22</b>	<b>4,11</b>	<b>2389,93</b>	<b>76,92</b>	<b>291,32</b>	<b>3,10</b>	<b>178,56</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 января 2023 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 12-18 лет (1 СМЕНА)</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	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
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>18,49</b>	<b>23,23</b>	<b>75,91</b>	<b>590,26</b>	<b>0,42</b>	<b>10,60</b>	<b>133,36</b>	<b>0,70</b>	<b>363,80</b>	<b>212,12</b>	<b>40,77</b>	<b>2,20</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,90	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки из мяса птицы п/ф с томатным соусом	60/40	7,11	8,67	4,14	123,67	0,01	2,00	60,00	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40		13,51	135,60	90,20	3,05	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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	
<b>Итого</b>		<b>24,05</b>	<b>19,45</b>	<b>123,60</b>	<b>738,33</b>	<b>1,01</b>	<b>33,75</b>	<b>351,80</b>	<b>3,71</b>	<b>90,01</b>	<b>301,73</b>	<b>158,02</b>	<b>9,79</b>	<b>178,56</b>

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