

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 ( 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 |       |
| 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 |       |
| Печенье  | 18                     | 1,53                 | 2,03  | 12,55  | 74,52                          | 0,02          |      | 12,96   |      | 7,38                      | 15,66  | 2,70  | 0,18 |       |
| Итого  |                        | 12,78                | 10,15 | 92,44  | 517,94                         | 0,22          | 4,00 | 63,76   | 0,20 | 139,89                    | 151,85 | 28,03 | 4,61 | 70,52 |
| <b>Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>        |                        |                      |       |        |                                |               |      |         |      |                           |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 205                    | 1,55                 | 4,11  | 7,18   | 72,63                          | 0,05          |      | 167,27  |      | 33,58                     | 38,47  | 16,71 | 0,61 |       |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28  | 3,61   | 105,83                         | 0,07          |      | 364,26  |      | 35,96                     | 137,19 | 35,50 | 0,61 |       |
| 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  | 22,94  | 88,70                          |               |      |         |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |       |
| 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 |       |
| Печенье  | 18                     | 1,53                 | 2,03  | 12,55  | 74,52                          | 0,02          |      | 12,96   |      | 7,38                      | 15,66  | 2,70  | 0,18 |       |
| Итого  |                        | 21,16                | 17,58 | 118,67 | 711,16                         | 0,42          |      | 568,34  | 0,51 | 103,91                    | 333,41 | 98,99 | 3,79 | 78,87 |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 7-11 лет (родительская плата)</b>                  |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 205                    | 1,55                 | 4,11         | 7,18          | 72,63                          | 0,05          |              | 167,27        |             | 33,58                     | 38,47         | 16,71        | 0,61        |              |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 80                     | 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        |              |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>19,08</b>         | <b>14,35</b> | <b>112,83</b> | <b>650,81</b>                  | <b>0,38</b>   |              | <b>483,51</b> | <b>0,51</b> | <b>92,63</b>              | <b>310,58</b> | <b>93,88</b> | <b>3,47</b> | <b>72,54</b> |
| <b>Полдник (родительская плата)</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        |              |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>10,75</b>         | <b>12,74</b> | <b>47,95</b>  | <b>350,23</b>                  | <b>0,13</b>   | <b>10,37</b> | <b>23,41</b>  | <b>3,45</b> | <b>34,83</b>              | <b>114,65</b> | <b>21,72</b> | <b>1,33</b> | <b>45,00</b> |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</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 |        |
| 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 |        |
| Печенье  | 18                     | 1,53                 | 2,03  | 12,55  | 74,52                          | 0,02          |      | 12,96   |      | 7,38                      | 15,66  | 2,70  | 0,18 |        |
| Итого  |                        | 12,78                | 10,15 | 92,44  | 517,94                         | 0,22          | 4,00 | 63,76   | 0,20 | 139,89                    | 151,85 | 28,03 | 4,61 |        |
| <b>Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )</b>              |                        |                      |       |        |                                |               |      |         |      |                           |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 205                    | 1,55                 | 4,11  | 7,18   | 72,63                          | 0,05          |      | 167,27  |      | 33,58                     | 38,47  | 16,71 | 0,61 |        |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28  | 3,61   | 105,83                         | 0,07          |      | 364,26  |      | 35,96                     | 137,19 | 35,50 | 0,61 |        |
| 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  | 22,94  | 88,70                          |               |      |         |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| 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 |        |
| Пряники  | 35                     | 1,75                 | 1,75  | 25,20  | 119,00                         | 0,03          |      |         |      | 3,85                      |        | 3,15  | 0,28 |        |
| Итого  |                        | 21,38                | 17,30 | 131,32 | 755,64                         | 0,43          |      | 555,38  | 0,51 | 100,38                    | 317,75 | 99,44 | 3,89 | 157,94 |

Начальник ОДЦП

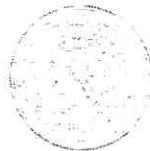
Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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>               |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |               |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 205                    | 1,55                 | 4,11         | 7,18          | 72,63                          | 0,05          |              | 167,27        |             | 33,58                     | 38,47         | 16,71        | 0,61        |               |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28         | 3,61          | 105,83                         | 0,07          |              | 364,26        |             | 35,96                     | 137,19        | 35,50        | 0,61        |               |
| 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         | 22,94         | 88,70                          |               |              |               |             | 0,30                      |               |              | 0,03        |               |
| 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        |               |
| Пряники  | 35                     | 1,75                 | 1,75         | 25,20         | 119,00                         | 0,03          |              |               |             | 3,85                      |               | 3,15         | 0,28        |               |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>21,38</b>         | <b>17,30</b> | <b>131,32</b> | <b>755,64</b>                  | <b>0,43</b>   |              | <b>555,38</b> | <b>0,51</b> | <b>100,38</b>             | <b>317,75</b> | <b>99,44</b> | <b>3,89</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        |               |
| 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>0,15</b>   | <b>14,37</b> | <b>23,41</b>  | <b>3,65</b> | <b>48,83</b>              | <b>128,65</b> | <b>29,72</b> | <b>4,13</b> | <b>157,94</b> |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 12-18 лет (родительская плата, ММС)</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        |              |
| 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>12,37</b>         | <b>16,52</b> | <b>84,20</b>  | <b>541,07</b>                  | <b>0,36</b>   | <b>14,00</b> | <b>103,39</b> | <b>0,30</b> | <b>149,05</b>             | <b>152,77</b> | <b>27,05</b>  | <b>4,53</b> | <b>78,20</b> |
| <b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>            |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 255                    | 2,02                 | 5,01         | 9,42          | 91,66                          | 0,06          |              | 207,75        |             | 40,88                     | 47,33         | 20,77         | 0,76        |              |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28         | 3,61          | 105,83                         | 0,07          |              | 364,26        |             | 35,96                     | 137,19        | 35,50         | 0,61        |              |
| 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         | 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>20,48</b>         | <b>17,24</b> | <b>113,48</b> | <b>684,77</b>                  | <b>0,40</b>   |              | <b>600,36</b> | <b>0,51</b> | <b>100,23</b>             | <b>339,41</b> | <b>104,68</b> | <b>3,71</b> | <b>89,45</b> |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



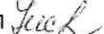
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 12-18 лет 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        |              |
| 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>12,37</b>         | <b>16,52</b> | <b>84,20</b>  | <b>541,07</b>                  | <b>0,36</b>   | <b>14,00</b> | <b>103,39</b> | <b>0,30</b> | <b>149,05</b>             | <b>152,77</b> | <b>27,05</b>  | <b>4,53</b> | <b>77,47</b> |
| <b>Обед 12-18 лет СВО</b>                                  |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 255                    | 2,02                 | 5,01         | 9,42          | 91,66                          | 0,06          |              | 207,75        |             | 40,88                     | 47,33         | 20,77         | 0,76        |              |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28         | 3,61          | 105,83                         | 0,07          |              | 364,26        |             | 35,96                     | 137,19        | 35,50         | 0,61        |              |
| 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>20,04</b>         | <b>17,15</b> | <b>100,52</b> | <b>635,97</b>                  | <b>0,40</b>   |              | <b>600,36</b> | <b>0,51</b> | <b>100,23</b>             | <b>339,41</b> | <b>104,68</b> | <b>3,71</b> | <b>88,61</b> |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

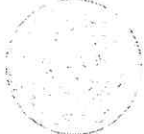


Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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 СОП 12-18 лет</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 СОП 12-18 лет</b>                                  |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 255                    | 2,02                 | 5,01         | 9,42          | 91,66                          | 0,06          |              | 207,75        |             | 40,88                     | 47,33         | 20,77        | 0,76        |              |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28         | 3,61          | 105,83                         | 0,07          |              | 364,26        |             | 35,96                     | 137,19        | 35,50        | 0,61        |              |
| 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         | 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>19,70</b>         | <b>16,40</b> | <b>105,61</b> | <b>642,67</b>                  | <b>0,39</b>   |              | <b>595,86</b> | <b>0,51</b> | <b>102,83</b>             | <b>323,36</b> | <b>99,65</b> | <b>3,63</b> | <b>82,54</b> |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

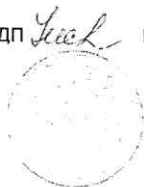


## Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 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>          |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |               |
| 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        |               |
| 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>12,37</b>         | <b>16,52</b> | <b>84,20</b>  | <b>541,07</b>                  | <b>0,36</b>   | <b>14,00</b> | <b>103,39</b> | <b>0,30</b> | <b>149,05</b>             | <b>152,77</b> | <b>27,05</b>  | <b>4,53</b> |               |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )</b>             |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |               |             |               |
| Щи из свежей капусты со сметаной                           | 255                    | 2,02                 | 5,01         | 9,42          | 91,66                          | 0,06          |              | 207,75        |             | 40,88                     | 47,33         | 20,77         | 0,76        |               |
| Рыба запеченная с овощами                                  | 90                     | 8,57                 | 6,28         | 3,61          | 105,83                         | 0,07          |              | 364,26        |             | 35,96                     | 137,19        | 35,50         | 0,61        |               |
| 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         | 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        |               |
| 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>20,96</b>         | <b>17,72</b> | <b>132,32</b> | <b>766,37</b>                  | <b>0,44</b>   |              | <b>606,36</b> | <b>0,51</b> | <b>119,43</b>             | <b>352,61</b> | <b>115,48</b> | <b>6,35</b> | <b>181,89</b> |

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

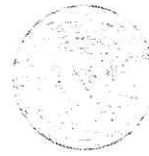


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 апреля 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---|---------------|-------|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|   |                           | Б                       | Ж     | У      |   | В1            | С     | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| <b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>                     |                           |                         |       |        |   |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной                                 | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 9,42   | 91,66   | 0,06          |       | 207,75     |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами  | 90                        | 8,57                    | 6,28  | 3,61   | 105,83  | 0,07          |       | 364,26     |      | 35,96                        | 137,19 | 35,50  | 0,61 |        |
| 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<br>сухофруктов                                      | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 22,94  | 88,70   |               |       |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00   | 0,10          |       |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>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  | 120                       | 0,48                    | 0,48  | 18,84  | 81,60   | 0,04          |       | 6,00       |      | 19,20                        | 13,20  | 10,80  | 2,64 |        |
| Итого   |                           | 20,96                   | 17,72 | 132,32 | 766,37  | 0,44          |       | 606,36     | 0,51 | 119,43                       | 352,61 | 115,48 | 6,35 |        |
| <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 |        |
| 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 |        |
| Итого   |                           | 11,75                   | 12,94 | 68,15  | 442,23  | 0,15          | 14,37 | 23,41      | 3,65 | 48,83                        | 128,65 | 29,72  | 4,13 | 181,89 |

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.