



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/4	4,85	5,99	25,54	176,11				0,13	101,88		29,46		
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		11,33	16,84	61,87	447,21	0,32	10,60	45,00	0,83	231,28	29,0	49,06	1,12	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,84	24,52	112,46	772,33	0,84	38,10	283	3,95	108,98	302,44	77,24	4,99	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г.

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91				0,14	102,15		29,46		
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,93	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
		14,05	20,66	71,69	535,41	0,34	22,67	74,80	1,05	349,75	99,0	64,66	3,71	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано- пшеничный для	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		24,24	24,32	102,36	724,33	0,66	38,10	283	3,63	104,08	263,44	71,64	3,69	
Итого за рацион														187,49

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп с макаронными изделиями	200	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		24,24	24,32	102,36	724,33	0,66	38,10	283	3,63	104,08	263,44	71,64	3,69	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Плюшка	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,1	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,1	0,79	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Творог детский фасованный	50	1057,78	1057,78	1487,5	20494,43	9,91	198,34			39336,11		4627,76	33,07	
Итого		1064,26	1062,79	1541,21	20780,04	10,01	198,41	30,6	1,02	39358,54	58,9	4637,86	33,86	45,00

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		1,1	0,1	
		11,91	18,14	65,13	474,36	0,42	11,81	88,48	0,79	250,54	174,40	54,24	1,77	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Суфле из мяса птицы (филе)	80	16,82	18,45	3,17	245,21	0,09	1,73	84,23	1,26	42,76	167,17	19,08	1,43	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		28,45	28,93	103,15	785,63	0,68	38,53	327	4,11	114,37	396,11	76,39	4,05	
Итого за рацион														167,22

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91				0,14	102,15		29,46		
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		11	16,1	60,4	434	0,15	3,40	36,1	0,76	233	26,7	49	1,07	72,21

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Суп с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Суфле из мяса птицы (филе)	90	18,89	18,53	3,56	255,59	0,1	1,94	80,77	1,41	47,65	187,17	21,49	1,61	
Соус молочный	30	0,82	2,92	3,05	41,84	0,01	0,2	18,15	0,08	21,23	17,33	2,74	0,08	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Чай витаминизирован ный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		30,52	29,00	89,74	740,01	0,54	28,64	324	4,26	119,26	416,11	78,80	4,23	82,54

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 октября 2022 г

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91				0,14	102,15		29,46		
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Сиромолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		10,54	17,47	57,46	431,91	0,03	0,60	45,00	0,69	229,85	3,0	47,66	0,12	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,63	0,12	16,5	202,25	1,39	18,88	63,55	24,27	1,01	
Супфле из мяса птицы (филе)	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	4,33	1,07	
Сиромолочный каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржанопшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,3	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		24,24	24,32	88,56	668,33	0,51	28,00	283	3,63	104,08	263,44	71,64	3,69	70,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.