



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 сентября 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	111,46	772,33	0,84	38,10	283	3,95	108,98	302,44	77,24	4,99	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 сентября 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	Ca	P	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		29.16		
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	5.1	0.07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 35	35	2.8	0.35	19.25	91	0.12			0.53	7	22.75	4.5	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		14	0.1	
Яблоко	120	0.48	0.48	11.76	56.4	0.04	12	6	0.24	19.2	13.2	10.5	2.64	
		14.05	20.65	71.69	535.41	0.34	22.67	74.80	1.05	349.75	99.0	64.65	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	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

09 сентября 2022 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	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	
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	0,88	
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		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	
		15,02	21,28	76,89	565,76	0,46	23,88	118,28	1,07	369,74	247,60	70,54	4,48	
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	18,46	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	
		20,45	28,93	103,15	785,63	0,88	38,53	327	4,11	114,37	396,11	76,39	4,05	
Итого за рацион														

196,23

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 сентября 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	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 с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		11	17,5	60,2	445	0,15	0,60	45,0	0,77	231	25,8	48	1,00	77,62

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	87,95

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 сентября 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	Мg	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	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Кисломолочный 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	Мg	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	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржанопшеничный 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	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.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 сентября 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	2,09	2,15	15,12	88,45				1,01	13,73		17,65		
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		23,46	23,51	96,69	691,15	0,54	21,60	81	3,25	98,93	199,86	65,02	2,68	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Тлюшка	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				
Ворог детский расованный	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.