

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, и, (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	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Рыба запеченная с овощами	35/35	7,33	4,41	2,48	79,31	0,06		250,69		28,68	116,00	29,39	0,50	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Мандарины	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20			31,50		9,90	0,09	
Итого		13,46	16,19	63,77	458,49	0,26	37,00	318,33	0,11	79,49	194,74	61,86	1,93	92,22
Обед (бесплатное горячее питание 7-11 лет)														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,74	3,01	10,33	75,77	0,07		169,30		12,90	40,85	16,11	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
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	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		24,84	23,17	123,34	800,63	0,80	20,10	772,28	0,51	85,30	280,99	76,56	6,83	99,58

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, (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	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Суп пшенный с мелкошинкованными овощами со сметаной	200/5	1,74	3,01	10,33	75,77	0,07		169,30		12,90	40,85	16,11	0,54	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Итого		25,96	22,89	101,08	711,93	0,54		766,28	1,28	71,30	287,29	71,36	4,77	67,12
Полдник (родительская плата)														
Курник	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,10	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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		11,27	11,58	35,41	293,02	0,13	6,28			143,91		29,68	1,07	45,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, (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	
Завтрак+обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
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	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
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 с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Мандарины	60	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Пряники	50	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	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	
Суп пшениный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Филе грудки отварное	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	
Мясо птицы, припущенное с овощами	45/45	12,00	14,77	3,29	193,76	0,08		574,48		22,91	121,26	24,19	1,12	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
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	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		51,42	50,32	220,10	1546,89	1,17	50,70	1 212,56	1,54	285,74	642,10	166,36	12,55	269,78

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 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	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата, СОП, СВО)														
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	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
Итого		15,98	17,88	54,44	443,28	0,20		374,69	0,08	147,79	266,62	60,32	1,81	72,21
Обед 12-18 лет (родительская плата, СОП, СВО)														
Суп пшенный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5	2,17	3,75	12,86	94,29	0,09		210,63		16,07	50,83	20,04	0,67	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		27,74	25,68	120,03	820,65	0,55		866,33	0,51	92,70	312,94	84,56	7,28	82,54

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 декабря 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, (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	
Завтрак+обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
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	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
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 с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Мандарины	60	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	50	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	0,10	
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,30	4,50	13,04	102,39	0,09		215,98		20,47	53,88	20,49	0,68	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45,00	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Витаминизированный кисель	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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	
Итого		48,60	50,62	239,35	1588,00	1,24	49,70	1 278,51	3,24	293,89	627,35	169,75	13,10	293,46

Начальник ОДДП Исполн.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 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	
Завтрак 12-18 лет ММС														
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	
Каша рисовая вязкая с маслом	150/5	2,47	3,99	24,97	145,60	0,03		22,50		6,81	51,45	16,83	0,37	
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 с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Мандарины	60	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Пряники	50	0,71	0,56	9,00	43,92	0,01				1,32		1,08	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		19,05	20,32	93,88	643,60	0,31	29,60	383,83	0,91	189,39	289,26	78,24	5,06	147,29
Обед 12-18 лет ММС														
Суп пшеничный с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,30	4,50	13,04	102,39	0,09		215,98		20,47	53,88	20,49	0,68	
Филе грудки отварное	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	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50/50	13,32	16,41	3,57	214,87	0,09		627,20		24,11	134,10	26,53	1,23	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45,00	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
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	
Мандарины	60	0,48	0,12	4,50	22,80	0,04	22,80			21,00		6,60	0,06	
Яблоко	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		35,93		148,27	1058,64	0,63	23,80	909,30	1,68	127,48	379,36	99,24	7,92	157,62

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