



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность<br>(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 )            |                        |                      |       |        |                                   |               |      |         |      |                           |        |       |      |       |
| 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 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )               |                        |                      |       |        |                                   |               |      |         |      |                           |        |       |      |       |
| 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 | 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 |       |
| Печенье                                                    | 18                     | 1,53                 | 2,03  | 12,55  | 74,52                             | 0,02          |      | 12,96   |      | 7,38                      | 15,66  | 2,70  | 0,18 |       |
| Итого                                                      |                        | 20,76                | 17,53 | 115,92 | 698,16                            | 0,40          |      | 568,34  | 0,51 | 102,91                    | 330,16 | 98,29 | 3,66 | 78,87 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 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    | Ca                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Обед 7-11 лет (родительская плата)                                  |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>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<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                                                     | 150                       | 3,87                    | 4,42  | 39,34  | 212,48                                            | 0,04          |       | 23,85      |      | 10,99                        | 80,34  | 26,58 | 0,58 |       |
| 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 |       |
| Итого                                                               |                           | 19,23                   | 15,50 | 103,37 | 623,64                                            | 0,38          |       | 555,38     | 0,51 | 95,53                        | 314,50 | 95,59 | 3,48 | 72,54 |
| Полдник (родительская плата)                                        |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |       |      |       |
| 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 |       |
| Итого                                                               |                           | 10,75                   | 12,74 | 47,95  | 350,23                                            | 0,13          | 10,37 | 23,41      | 3,45 | 34,83                        | 114,65 | 21,72 | 1,33 | 45,00 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 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   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                           |                           |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>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<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 |        |
| 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 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                              |                           |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>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<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                                                     | 150                       | 3,87                    | 4,42  | 39,34  | 212,48                                            | 0,04          |      | 23,85      |      | 10,99                        | 80,34  | 26,58 | 0,58 |        |
| 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 | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                             | 0,12          |      |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 0,88 |        |
| 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 |        |
| 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 ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



## Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 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   |       |
| Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)                |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |      |       |
| 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 |       |
| Итого                                                      |                        | 12,37                | 16,52 | 84,20  | 541,07                         | 0,36          | 14,00 | 103,39  | 0,30 | 149,05                    | 152,77 | 27,05  | 4,53 | 78,20 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)                   |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |      |                           |        |        |      |       |
| 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 |       |
| Итого                                                      |                        | 20,48                | 17,24 | 113,48 | 684,77                         | 0,40          |       | 600,36  | 0,51 | 100,23                    | 339,41 | 104,68 | 3,71 | 89,45 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции<br>и, (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   |       |
| Завтрак 12-18 лет СВО                                               |                             |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| Макаронные изделия с<br>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<br>витаминизированный                                           | 200                         |                         |       | 9,70   | 39,00                                             | 0,15          | 10,00 |            |      |                              |        |        |      |       |
| 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 |       |
| 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                                                               |                             | 12,37                   | 16,52 | 84,20  | 541,07                                            | 0,36          | 14,00 | 103,39     | 0,30 | 149,05                       | 152,77 | 27,05  | 4,53 | 77,47 |
| Обед 12-18 лет СВО                                                  |                             |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| 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 |       |
| Чай с сахаром                                                       | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |       |            |      | 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 |       |
| Итого                                                               |                             | 20,04                   | 17,15 | 100,52 | 635,97                                            | 0,40          |       | 600,36     | 0,51 | 100,23                       | 339,41 | 104,68 | 3,71 | 88,61 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 мая 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции<br>и, (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   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                          |                             |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Макаронные изделия с<br>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<br>витаминизированный                                           | 200                         |                         |       | 9,70   | 39,00                                             | 0,15          | 10,00 |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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 |        |
| 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                                                               |                             | 12,37                   | 16,52 | 84,20  | 541,07                                            | 0,36          | 14,00 | 103,39     | 0,30 | 149,05                       | 152,77 | 27,05  | 4,53 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                             |                             |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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 | 181,89 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.