



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 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                                                             |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы,<br>припущенное в<br>томатном соусе (филе<br>грудки)     | 30/30                     | 7,86                    | 10,16 | 1,74   | 129,57                                            | 0,04          |   | 61,16      |      | 10,46                        | 69,12  | 10,33  | 0,65 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом                                   | 150/4                     | 4,76                    | 4,14  | 21,46  | 141,94                                            | 0,16          |   | 18,75      | 0,34 | 11,40                        | 112,95 | 75,18  | 2,54 |       |
| 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 |       |
| Яблоко                                                              | 130                       | 0,52                    | 0,52  | 20,41  | 61,10                                             | 0,04          |   | 6,50       |      | 20,80                        | 14,30  | 11,70  | 2,86 |       |
| Итого                                                               |                           | 15,54                   | 15,12 | 70,09  | 450,51                                            | 0,34          |   | 86,41      | 0,34 | 48,96                        | 215,87 | 101,41 | 6,83 | 64,44 |
| Обед                                                                |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп картофельный с<br>клецками                                      | 200                       | 1,53                    | 2,67  | 10,13  | 70,88                                             | 0,06          |   | 163,02     |      | 12,79                        | 35,78  | 14,04  | 0,55 |       |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом                     | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                                            | 0,01          |   | 60,00      |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| Рис припущенный                                                     | 150                       | 3,87                    | 4,42  | 39,34  | 212,48                                            | 0,04          |   | 23,85      |      | 10,99                        | 80,34  | 26,58  | 0,58 |       |
| 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                                                               |                           | 21,04                   | 19,04 | 102,10 | 662,84                                            | 0,33          |   | 246,87     | 0,51 | 46,23                        | 181,03 | 61,11  | 2,99 | 72,54 |

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



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 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   |       |
| Обед 7-11 лет (родительская плата)                                  |                             |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Суп картофельный с<br>клецками                                      | 200                         | 1,53                    | 2,67  | 10,13  | 70,88                                             | 0,06          |      | 163,02     |      | 12,79                        | 35,78  | 14,04 | 0,55 |       |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом                     | 60/40                       | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                                            | 0,01          |      | 60,00      |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69  | 0,18 |       |
| Рис припущенный                                                     | 150                         | 3,87                    | 4,42  | 39,34  | 212,48                                            | 0,04          |      | 23,85      |      | 10,99                        | 80,34  | 26,58 | 0,58 |       |
| 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                                                               |                             | 21,04                   | 19,04 | 102,10 | 662,84                                            | 0,33          |      | 246,87     | 0,51 | 46,23                        | 181,03 | 61,11 | 2,99 | 72,54 |
| 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 |       |
| Яблоко                                                              | 130                         | 0,52                    | 0,52  | 20,41  | 61,10                                             | 0,04          |      | 6,50       |      | 20,80                        | 14,30  | 11,70 | 2,86 |       |
| Итого                                                               |                             | 8,59                    | 8,90  | 51,32  | 292,12                                            | 0,14          | 5,68 | 6,50       |      | 45,71                        | 14,30  | 27,38 | 3,83 | 45,00 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

### Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 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 ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                  |                        |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)     | 30/30                  | 7,86                 | 10,16 | 1,74   | 129,57                         | 0,04          |   | 61,16   |      | 10,46                     | 69,12  | 10,33  | 0,65 |        |
| Каша гречневая вязкая с маслом                             | 150/4                  | 4,76                 | 4,14  | 21,46  | 141,94                         | 0,16          |   | 18,75   | 0,34 | 11,40                     | 112,95 | 75,18  | 2,54 |        |
| Масло сливочное                                            | 8                      | 0,06                 | 5,80  | 0,10   | 52,88                          |               |   | 36,00   | 0,08 | 1,92                      | 2,40   |        | 0,02 |        |
| 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 |        |
| Яблоко                                                     | 130                    | 0,52                 | 0,52  | 20,41  | 61,10                          | 0,04          |   | 6,50    |      | 20,80                     | 14,30  | 11,70  | 2,86 |        |
| Итого                                                      |                        | 15,60                | 20,92 | 70,19  | 503,39                         | 0,34          |   | 122,41  | 0,42 | 50,88                     | 218,27 | 101,41 | 6,85 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                     |                        |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Суп картофельный с клецками                                | 200                    | 1,53                 | 2,67  | 10,13  | 70,88                          | 0,06          |   | 163,02  |      | 12,79                     | 35,78  | 14,04  | 0,55 |        |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом                  | 60/40                  | 10,84                | 11,35 | 12,35  | 195,58                         | 0,01          |   | 60,00   |      | 7,45                      | 6,41   | 3,69   | 0,18 |        |
| Рис припущенный                                            | 150                    | 3,87                 | 4,42  | 39,34  | 212,48                         | 0,04          |   | 23,85   |      | 10,99                     | 80,34  | 26,58  | 0,58 |        |
| 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 |        |
| Итого                                                      |                        | 21,04                | 19,04 | 102,10 | 662,84                         | 0,33          |   | 246,87  | 0,51 | 46,23                     | 181,03 | 61,11  | 2,99 | 151,86 |

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



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<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 (родительская плата, ММС)                |                           |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе                   | 45/45                     | 11,92                   | 15,55 | 2,76   | 198,18                               | 0,07          |       | 91,98      |      | 14,52                        | 104,81 | 15,57  | 0,98 |       |
| Каша гречневая вязкая с маслом                             | 150/5                     | 4,77                    | 4,86  | 21,48  | 148,55                               | 0,16          |       | 23,25      |      | 11,64                        | 113,25 | 75,18  | 2,55 |       |
| 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 |       |
| Яблоко                                                     | 120                       | 0,48                    | 0,48  | 18,84  | 81,60                                | 0,04          |       | 6,00       |      | 19,20                        | 13,20  | 10,80  | 2,64 |       |
| Итого                                                      |                           | 19,57                   | 21,19 | 69,56  | 546,23                               | 0,37          |       | 121,23     |      | 51,66                        | 250,76 | 105,75 | 6,95 | 78,20 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)                   |                           |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп картофельный с клецками                                | 250                       | 1,92                    | 3,37  | 12,64  | 88,78                                | 0,08          |       | 203,84     |      | 14,06                        | 44,75  | 17,44  | 0,68 |       |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом                  | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                               | 0,01          |       | 60,00      |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| Рис припущенный                                            | 180                       | 4,65                    | 5,26  | 47,21  | 254,58                               | 0,05          |       | 28,35      |      | 8,39                         | 96,39  | 31,61  | 0,66 |       |
| 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 |       |
| 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                                                      |                           | 22,21                   | 20,58 | 112,20 | 721,94                               | 0,51          | 10,00 | 292,19     | 0,51 | 44,60                        | 206,05 | 69,54  | 3,17 | 89,45 |

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                     |                        | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А<br>(мкг) | Е    | Ca                           | P      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак 12-18 лет СВО                                               |                        |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы,<br>припущенное в<br>томатном соусе                      | 45/45                  | 11,92                   | 15,55 | 2,76   | 198,18                               | 0,07          |       | 91,98      |      | 14,52                        | 104,81 | 15,57  | 0,98 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом                                   | 150/5                  | 4,77                    | 4,86  | 21,48  | 148,55                               | 0,16          |       | 23,25      |      | 11,64                        | 113,25 | 75,18  | 2,55 |       |
| 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 |       |
| Яблоко                                                              | 120                    | 0,48                    | 0,48  | 18,84  | 81,60                                | 0,04          |       | 6,00       |      | 19,20                        | 13,20  | 10,80  | 2,64 |       |
| Итого                                                               |                        | 19,57                   | 21,19 | 69,56  | 546,23                               | 0,37          |       | 121,23     |      | 51,66                        | 250,76 | 105,75 | 6,95 | 77,47 |
| Обед 12-18 лет СВО                                                  |                        |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп картофельный с<br>клецками                                      | 250                    | 1,92                    | 3,37  | 12,64  | 88,78                                | 0,08          |       | 203,84     |      | 14,06                        | 44,75  | 17,44  | 0,68 |       |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом                     | 60/40                  | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                               | 0,01          |       | 60,00      |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| Рис припущенный                                                     | 180                    | 4,65                    | 5,26  | 47,21  | 254,58                               | 0,05          |       | 28,35      |      | 8,39                         | 96,39  | 31,61  | 0,66 |       |
| 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 |       |
| 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                                                               |                        | 22,21                   | 20,58 | 112,20 | 721,94                               | 0,51          | 10,00 | 292,19     | 0,51 | 44,60                        | 206,05 | 69,54  | 3,17 | 88,61 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 января 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<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 )                          |                        |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы,<br>припущенное в<br>томатном соусе (филе<br>грудки)     | 40/40                  | 10,55                   | 13,54 | 2,61   | 174,10                               | 0,06          |   | 81,60      |      | 12,56                        | 92,71  | 13,78  | 0,86 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом                                   | 150/5                  | 4,77                    | 4,86  | 21,48  | 148,55                               | 0,16          |   | 23,25      |      | 11,64                        | 113,25 | 75,18  | 2,55 |       |
| 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 сахаром                                                       | 200                    |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Яблоко                                                              | 130                    | 0,52                    | 0,52  | 20,41  | 61,10                                | 0,04          |   | 6,50       |      | 20,80                        | 14,30  | 11,70  | 2,86 |       |
| Итого                                                               |                        | 21,75                   | 29,23 | 76,61  | 628,75                               | 0,40          |   | 180,15     | 0,70 | 155,70                       | 309,26 | 111,76 | 7,39 |       |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                             |                        |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп картофельный с<br>клецками                                      | 250                    | 1,92                    | 3,37  | 12,64  | 88,78                                | 0,08          |   | 203,84     |      | 14,06                        | 44,75  | 17,44  | 0,68 |       |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом                     | 60/40                  | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                               | 0,01          |   | 60,00      |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| 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 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>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                                                               |                        | 23,81                   | 20,78 | 122,58 | 770,84                               | 0,44          |   | 292,19     | 1,28 | 49,80                        | 225,55 | 75,14  | 3,75 | 181,8 |

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