



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

01 февраля 2022

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	
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,66	9	29,26	6,3	1,13	
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	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого		20,40	18,50	49,32	450,48	0,27	15,84	277,75	2,49	282,78	338,1	42,37	6,27	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 картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	150	12,15	14,33	11,29	223,41	0,11	20,74	504,24	2,79	33,4	154,86	37,01	2,33	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,3	13,8	56	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		23,73	18,97	89,05	621,75	0,62	34,06	716	5,77	89,09	302,88	89,42	7,16	82,06

Начальник ОДП
Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

01 февраля 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														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
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	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		20,40	18,50	49,32	450,48	0,27	15,84	277,75	2,49	282,78	338,1	42,37	6,27	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом и гренками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	150	12,15	14,33	11,29	223,41	0,11	20,74	504,24	2,79	33,4	154,65	37,01	2,33	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,95	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого за рацион		23,73	18,97	89,05	621,75	0,52	34,06	716	5,77	89,09	302,88	89,42	7,16	158,48

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

01 февраля 2022 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
Чай с сахаром	200			9,98	35,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого		19,14	18,34	40,86	409,10	0,22	13,04	277,61	2,25	276,98	326,81	39,43	5,85	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,98	
Рагу овощное с отварным мясом	150	12,15	14,33	11,29	223,41	0,11	20,74	504,24	2,79	33,4	154,66	37,01	2,33	
Чай с сахаром	200			9,98	35,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		25,42	19,80	88,66	633,42	0,69	32,39	766	6,21	91,57	321,39	94,17	6,89	70,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

01 февраля 2022 г

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 ММС, СОП с 12-18 лет														
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,09	0,62	312,99	1,78	289,10	338,60	27,66	2,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого		21,63	21,00	41,19	444,43	0,23	13,12	319,24	2,48	315,40	371,85	43,11	6,21	72,21
Обед ММС, СОП с 12-18 лет														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,4	185,61	44,39	2,79	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		27,83	22,59	90,91	677,30	0,71	36,52	867	6,74	98,60	352,14	101,55	7,35	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

01 февраля 2022 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,09	0,62	312,99	1,78	289,10	338,60	27,66	2,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		21,63	21,00	41,19	444,43	0,23	13,12	319,24	2,48	315,40	371,85	43,11	6,21	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,4	185,61	44,39	2,79	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		27,83	22,59	90,91	677,30	0,71	36,52	867	6,74	98,60	352,14	101,55	7,35	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

01 февраля 2022 г

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	Ca	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	130	10,49	12,3	9,77	192,36	0,10	17,96	436,51	2,37	28,7	133,83	32,00	2,01	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		21,91	16,78	78,62	551,95	0,60	27,28	646	5,27	77,80	277,45	80,81	5,94	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Пицца "Детская"	75	12,76	10,42	22,23	234,19	0,08	1,42	35,99	1,31	108,63	155,98	19,8	1,52	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Итого		12,92	10,58	41,12	312,84	0,09	5,42	38,0	1,39	115,48	160,4	23,40	2,45	45,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.