



Школьное меню для организации питания обучающихся

13 мая 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

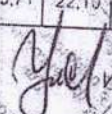
Завтрак

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 овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
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	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с сахаром	200									0,3				
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		12,75	18,92	55,11	444,27	0,35	1,58	84,00	1,28	241,14	209,2	72,85	2,43	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	
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77	0,09	13,44	173,1	1,59	25,42	63,48	21,76	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	45/45	11,92	11,18	2,76	152,91	0,07	3,47	91,98	0,84	15,99	104,73	15,66	0,99	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	140,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с сахаром	200									0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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		20,71	22,10	79,16	608,72	0,62	42,88	298	3,89	114,89	343,54	93,31	5,29	82,06

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 мая 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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,46	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31	
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		3,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
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	
		15,06	21,96	71,07	540,67	0,50	23,65	113,80	1,41	355,04	272,9	87,75	4,09	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,66	4,26	13,72	101,67	0,09	13,42	167,75	1,58	21,02	60,43	21,31	0,91	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,96	0,08	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с сахаром	200									0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
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 за рацион		40,59	19,89	68,59	534,56	0,53	42,47	261	3,32	103,96	221,87	85,46	4,62	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

13 мая 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	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,7	1,99	29,58	77,83	26,97	1,01	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	35/35	13,25	12,58	3,05	177,89	0,07	3,86	102,2	1,01	17,92	116,35	17,4	1,1	
Картофельное пюре	150	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Чай с сахаром	200									0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
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		24,11	24,49	74,20	612,58	0,57	48,34	351	4,15	119,66	356,47	96,88	5,12	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Плюшка московская	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									0,3				
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,91			2361,11		277,78	1,99	
Итого		69,97	68,50	133,02	1475,87	0,70	11,98	30,6	1,02	2383,54	58,9	287,88	2,78	45,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 мая 2022 г

Прием пищи	наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)															
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6,27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53,25	1,31		
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
Чай с сахаром	200									0,3					
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,5	8	26	5,6	1		
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1		
Итого		15,30	14,33	54,98	413,17	0,35	1,65	62,60	1,22	338,74	263,24	78,35	2,48	65,00	
Обед с 12-18 лет (родительская плата)															
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,42	5,14	17,11	125,06	0,11	16,77	208,35	1,97	25,18	74,78	26,52	1		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	35/35	10,53	9,92	2,47	140,85	0,06	3,08	60	0,6	14,36	5,61	13,66	0,88		
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	149,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28		
Чай с сахаром	200									0,3					
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75		
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,5	0,9		
Итого		21,05	20,77	71,96	557,95	0,55	45,82	301	3,71	108,12	236,22	90,67	4,81	70,00	

Начальник ОДП Исламова Н.А.





СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 мая 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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6.27	8,07	28,48	212,17	0,18	0,98	39	0,58	111,44	177,24	53.25	1 31	
Сыр (порциями)	10	2.63	2.66		35		0,07	23.8	0,04	100	60	5.5	0.07	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2.4	0.3	16,5	78	0,1			0,45	6	19.5	4.2	0 75	
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	
Итого		14.98	14,71	70,94	482,57	0,50	23,65	68,80	1,31	355,64	269,94	87.75	4 87	77,62
Обед ММС с 12-18 лет														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2.42	5.14	17,11	125.06	0,11	16,77	208.35	1,97	25.18	74,78	26.52	1	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	35/35	10.53	9.92	2.47	140.85	0,06	3.03	60	0.6	14.36	5 61	13.86	0 88	
Картофельное пюре	150	3.3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53.58	97,33	33,49	1.28	
Чай с сахаром	200									0.3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2.4	0.3	16,5	78	0,1			0,45	6	19.5	4.2	0 75	
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		21.05	20,77	71.98	557,95	0,55	45,82	301	3,71	108.12	236,22	90.67	4 81	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

13 мая 2022 г

1 смена

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	150/5	6.27	8.07	28.48	212,17	0.18	0.98	39	0.58	111,44	177,24	53.25	1.31	
Масло	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	30	2,4	0.3	16.5	78	0,1			0,45	6	19.5	4.2	0.75	
Чай витаминизирован ный	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	
		15,06	21,96	71.07	548,67	0.50	23,65	113.80	1,41	358,04	272.94	87.75	4.89	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2.42	5.14	17.11	125,06	0.11	16,77	208,35	1,97	25,18	74.78	26.52	1	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе грудки)	40/40	10,53	9.92	2.47	140,85	0.06	3.08	60	0.6	14,36	5.61	13.86	0.88	
Картофельное пюре	160	3.51	5.42	23.56	157,53	0.17	27,69	34,87	0.19	57,16	103,79	35,71	1.36	
Чай с сахаром	200									0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0.3	16.5	78	0,1			0,45	6	19.5	4.2	0.75	
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		2.26	21,08	73.44	567,44	0.56	47,54	303	3.72	111,70	242,68	92.89	4.89	196,23

Начальник ОДП

Исламова Н.А.