



Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 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 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	
Итого		21,84	21,04	32,83	411,45	0,36	11,14	271,36	2,00	375,68	313,1	42,18	3,17	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	
Жаркое домашнему из мяса птицы*	180	10,37	13,1	21,24	244,32	0,19	27,28	28,4	2,94	25,33	144,18	38,67	1,8	
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 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		21,95	17,74	99,00	642,66	0,70	40,60	240	5,92	81,02	292,20	91,08	6,63	82,06



Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

[Подпись]

27.04.2022

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

МБОУ СОШ № 1

Уфа

Республика Башкортостан

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

[Подпись]

В.К. Смирнов

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

МАУ ЦДП ГО г. Уфа

Уфа

Республика Башкортостан

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 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														
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	
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	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	
		21,92	28,29	32,96	477,55	0,36	11,14	316,36	2,10	378,08	316,1	42,18	3,19	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
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	
Жаркое домашнему из мяса птицы*	150	8,65	10,92	17,71	203,74	0,16	22,76	23,88	2,45	21,13	120,25	32,26	1,5	
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 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	
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 за рацион		29,71	16,04	107,23	658,48	0,71	48,08	241	5,67	96,02	281,47	95,47	8,97	187,49

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 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	Ca	P	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	
Жаркое по- домашнему из мяса птицы*	160	9,23	11,65	18,89	217,32	0,17	24,28	25,47	2,61	22,5	128,27	34,31	1,60	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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		20,65	16,13	87,74	576,91	0,67	33,60	235	5,51	71,68	271,89	83,12	5,53	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Курник	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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		13,76	10,62	42,43	326,19	0,10	5,42	36,0	1,51	122,63	170,0	27,80	4,32	45,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 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	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	39,9					0,3			0,03	
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	
Итого		21,84	21,04	33,11	412,35	0,21	1,14	271,36	2,00	375,98	313,06	42,18	3,20	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	106,03	40,36	2,66	
Жаркое по- домашнему из мяса птицы (филе)*	200	11,39	14,37	23,65	269,48	0,21	30,39	31,53	3,23	28,08	159,19	42,92	1,99	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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		24,66	19,84	101,02	679,49	0,79	42,04	293	6,65	86,25	325,72	100,08	6,55	70,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 2022 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак ММС с 12-18 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		
Чай витаминизированн	200			9,7	39	0,15	10								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13		
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1		
Итого		23,04	21,19	41,08	450,45	0,41	11,14	271,36	2,23	378,68	322,81	44,28	3,55	77,62	
Обед ММС с 12-18 лет															
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		
Каркое по- домашнему из мяса птицы*	180	10,37	13,1	21,24	244,32	0,19	27,28	28,4	2,94	25,33	144,18	38,67	1,8		
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 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		21,95	17,74	99,00	642,66	0,70	40,60	240	5,92	81,02	292,20	91,08	6,63	87,95	

Начальник ОЛД

Начальник ОДП
Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 апреля 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 СОП с 12-18 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	
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	
Итого		21,84	21,04	32,83	411,45	0,36	11,14	271,36	2,00	375,68	313,06	42,18	3,17	72,21
Обед СОП с 12-18 лет														
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	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы*	180	10,37	13,1	21,24	244,32	0,19	27,28	28,4	2,94	25,33	144,18	38,67	1,8	
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 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		21,95	17,74	99,00	642,66	0,70	40,60	240	5,92	81,02	292,20	91,08	6,63	82,54

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.