

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 мая 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	246,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/4	4,55	5,61	32,17	197,81	0,06	0,96	34,32	0,17	95,73	117,93	27,21	0,45	
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				
Итого		32,80	14,85	69,79	548,62	0,26	1,57	81,40	2,08	306,24	413,6	62,03	2,07	74,70

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Обед

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	
Свекольник со сметаной	200/5	2,12	4,18	14,56	104,65	0,07	15,46	170,75	1,59	42,58	62,61	28,4	1,46	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	10,78	11,07	6,9	170,37	0,06	2,42	16,34	0,4	17,46	119,17	16,35	1,73	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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		23,52	20,16	88,84	629,52	0,44	17,88	210	3,79	90,63	287,46	70,21	5,72	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

Исламова Н.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 мая 2022 г.

1 смена

Приём 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														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25.05	8.84	15.62	246.81	0.06	0.61	47.08	1.31	252.21	259.65	29.22	0.62	
Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1			45	0.1	2.4	3		0.02	
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	
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	
		27.59	16.40	42.44	433.19	0.16	3.41	92.22	1.87	213.71	293.7	34.26	1.46	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Свекольник со сметаной	250/10	2.74	5.79	18.31	136.81	0.09	19.36	217.59	1.99	56.53	80.55	35.95	1.83	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9.8	10.06	6.27	154.88	0.05	2.2	14.85	0.35	15.87	106.34	14.36	1.57	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5.96	7.93	37.14	243.55	0.09		45	0.89	16.79	48.68	8.66	0.89	
Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.09	32.92	126.6					0.6			0.06	
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	
		23.64	24.47	124.94	807.84	0.45	21.56	277	4.35	104.49	295.07	76.17	6.00	
Итого за рацион														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

12 мая 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Свекольник со сметаной	200/5	2,12	4,18	14,56	104,65	0,07	15,46	170,75	1,59	42,58	62,61	28,4	1,46	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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		22,54	19,15	98,19	653,93	0,43	17,66	208	3,75	89,04	276,63	68,72	5,59	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Плюшка московская	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,1	0,79	
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	
Кисломолочный продукт для детского	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		9,84	8,37	67,12	386,36	0,14	4,67	32,6	1,10	147,98	63,3	27,70	1,82	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

12 мая 2022 г.

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/5	25,05	8,84	15,62	246,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
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	
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	
Итого		27,51	9,15	42,31	367,09	0,16	3,41	47,22	1,77	211,31	290,7	34,26	1,44	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Свекольник	250	2,48	4,29	17,95	120,61	0,08	19,32	206,89	1,96	47,73	74,45	34,95	1,81	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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		22,90	19,26	91,60	629,99	0,44	21,52	244	4,12	94,19	238,47	75,27	5,91	70,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 мая 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Запеканка из творога со сгущенным	120/5	25,05	8.84	15,62	246,81	0,06	0,61	47,08	1,31	202,21	269,65	29,22	0,62	
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 с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Итого		28	16,4	42,2	431	0,16	0,61	92,1	1,86	211	292,2	33	1,42	77,62

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82	
Тефтели из говядины с	60/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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		23,03	20,01	91,78	638,09	0,44	21,54	250	4,14	98,59	291,52	75,72	5,92	87,95

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

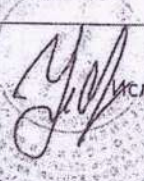
Школьное меню для организации питания обучающихся

12 мая 2022 г

1 смена

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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/10	27,5	9.98	19.58	283.03	0.07	0.71	53.31	1.43	233.3	302.46	33.24	0.69	
Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1			45	0.1	2.4	3		0.02	
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	
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	
		30.04	17.54	46.40	469.41	0.17	3.51	98.45	1.99	244.80	326.50	38.28	1.53	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Свекольник со сметаной	250/10	2.74	5.79	18.31	136.81	0.09	19.36	217.59	1.99	56.53	80.55	35.85	1.83	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9.8	10.06	6.27	154.88	0.05	2.2	14.85	0.36	15.87	108.34	14.86	1.57	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5.86	7.93	37.14	243.55	0.09		45	0.89	16.79	48.68	8.66	0.89	
Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.09	32.92	128.6					0.6			0.06	
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	
		23.64	24.47	124.94	807.84	0.45	21.56	277	4.20	104.49	296.07	76.17	6.00	
Итого за рацион														

196,23

Начальник ОДП  Исламова Н.А.