

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

03 февраля 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	
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,2	0,05	1,56			12,14		12,08	0,77	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,70	0,23	9,53	69,63	23,04	0,50	
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		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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		18,57	23,14	61,05	526,12	0,19	1,63	89,50	0,82	130,37	152,1	44,82	2,14	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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,08	8,02	75,64	0,04	15,9	174,15	1,56	33,58	41,79	19,27	0,9	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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		22,92	23,71	95,96	681,82	0,48	19,52	283	4,34	77,16	326,54	128,03	6,55	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ

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

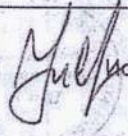
Школьное меню для организации питания обучающихся

03 февраля 2022 г.

1 смена

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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,2	0,05	1,56			12,14		12,08	0,77	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,70	0,23	9,53	69,63	23,04	0,50	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,65		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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	
		18,57	23,14	61,05	525,12	0,19	1,63	89,50	0,82	130,37	152,1	44,82	2,14	
Обед ОВЗ , инвалиды с 7-11 лет														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,08	8,02	75,64	0,04	15,9	174,15	1,56	33,58	41,79	19,27	0,9	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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	
		22,92	23,71	95,96	661,82	0,48	19,52	283	4,34	77,16	326,54	128,03	6,55	
Итого за рацион														

158,48

Начальник ОДП  сламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

03 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,08	8,02	75,64	0,04	15,9	174,15	1,56	33,58	41,79	19,27	0,9	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,30	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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		21,84	22,73	70,15	571,11	0,46	19,52	278	4,29	75,26	311,34	118,00	6,18	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Пицца "Детская"	50	8,51	7	14,82	156,62	0,05	0,95	24,07	0,9	72,75	104,12	13,21	1,01	
Сок фруктовый 0,2 ед.	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		9,51	7,20	35,02	248,62	0,07	4,95	24,1	1,10	86,75	118,1	21,21	3,81	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

03 февраля 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	Ca	P	Mg	Fe	
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,2	0,05	1,56			12,14		12,08	0,77	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,70	0,23	9,53	69,63	23,04	0,50	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Итого		16,00	20,49	61,26	493,50	0,19	4,36	65,84	0,79	33,17	93,7	40,16	2,11	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	Ca	P	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	6,52	7,33	7,75	124,51	0,01	2	60	1,22	4,23	6,1	3,44	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
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		17,99	17,71	79,49	549,48	0,45	21,87	300	4,48	71,75	229,32	119,39	5,50	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

03 февраля 2022 г

Завтрак ММС, СОП с 12-18 лет

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	
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,2	0,05	1,56			12,14		12,08	0,77	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,70	0,23	9,53	69,63	23,04	0,50	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			67,5	0,15	3,6	4,5		0,03	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Итого		16	24,1	61,3	527	0,19	4,36	88,3	0,84	34	95,2	40	2,12	72,21

Обед ММС, СОП с 12-18 лет

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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	6,52	7,33	7,75	124,51	0,01	2	60	1,22	4,23	6,1	3,44	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/10	5,75	8,74	25,83	204,7	0,19		45,90	0,46	14,71	137,10	90,20	3,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	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		18,97	21,59	83,84	605,63	0,48	21,87	322	4,59	74,82	253,17	134,41	6,01	82,54

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

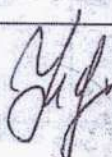
Школьное меню для организации питания обучающихся

03 февраля 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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,2	0,05	1,56			12,14		12,08	0,77	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,70	0,23	9,53	69,63	23,04	0,50	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			67,5	0,15	3,6	4,5		0,03	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
		16,04	24,12	61,33	526,55	0,19	4,36	88,34	0,84	34,37	95,17	40,16	2,12	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	60/40	6,52	7,33	7,75	124,51	0,01	2	60	1,22	4,23	6,1	3,44	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/10	5,75	8,74	25,83	204,7	0,19		45,90	0,46	14,71	137,10	90,20	3,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	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	
		18,97	21,59	83,84	605,63	0,48	21,87	322	4,59	74,82	253,17	134,41	6,01	
Итого за рацион														

167,22

Начальник ОДП  Исламова Н.А.