



Школьное меню для организации питания обучающихся

22 апреля 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	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4.86	6,72	26.35	185,91	0,1	1,01	39.98	0.14	102.15	124.11	29.46	0.65	
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	35	2.8	0.35	19.25	91	0.12			0.53	7	22.75	4.9	0.88	
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		10.94	17.52	59.93	444,01	0,40	11,61	84.98	0.77	230.55	149.9	48.36	1.65	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	
Суп-лапша*	250	2.77	5.29	15.61	121,35	0.05	1,5	200	2.26	7,64	11,4	5.31	0.48	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12.61	13.95	2.38	183,91	0.07	1,3	40.55	0.78	32.47	34.5	14.33	1.07	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3.14	3.99	22.34	137,95	0.04		22.5	0.42	16.8	109.06	13.5	0.63	
Витаминизированный кисель	200			23.5	95	0.3	20,1							
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		23.32	23.73	94.13	682,21	0.68	22.90	263	4.42	71.61	213.46	49.94	3.83	82,06

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 апреля 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)														
Суп-лапша*	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,2	160	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	16,82	18,46	3,17	245,21	0,09	1,73	84,23	1,26	42,76	167,17	19,08	1,43	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
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		26,98	27,28	68,30	624,24	0,39	2,93	267	4,45	80,67	343,85	53,63	4,10	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Плюшка московская	100	8,62	8,45	58,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	76,92	13,54	1,05	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Творог детский фасованный	50	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,91			2361,11		277,78	1,99	
Итого		72,11	71,94	157,57	1613,41	0,73	12,00	12,2	4,11	2389,63	76,9	291,32	3,07	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
22 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														
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6.72	26.35	185.91	0,1	1,01	39.98	0,14	102,15	124,11	29,46	0.65	
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 для детского питания	35	2,8	0.35	19.25	91	0,12			0.53	7	22.75	4,9	0.98	
Чай витаминизированны	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	
		14,05	20.66	71.69	535.41	0,44	23.68	114.78	1,05	349.75	223.1	64.66	4.36	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп-лапша*	250	2.77	5.29	15.61	121.35	0,05	1.5	200	2.26	7.64	11,4	5,31	0.48	
Суфле из мяса птицы (филе)	60	12.61	13.85	2.38	183.91	0,07	1.3	40.55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3.99	22.34	137.95	0,04		22.5	0,42	16,8	109.06	13,5	0.63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	
		23,32	23,73	94.13	662.21	0,68	22.90	263	4,42	71.61	213.46	49.94	3.83	
Итого за рацион														

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 апреля 2022 г

2 смена

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	
Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет														
Суп-лапша*	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,2	160	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Суфле из мяса птицы (филе)	80	16,82	18,46	3,17	245,21	0,09	1,73	84,23	1,26	42,76	167,17	19,08	1,43	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
того		27,98	27,48	112,00	811,24	0,71	27,03	267	4,65	94,37	357,85	61,63	6,90	
Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет														
Пюре овощная	100	8,62	8,45	58,3	343,35	0,13	0,09	12,22	4,11	28,22	76,92	13,54	1,05	
Компот из смеси фруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Сок детский ассортиментный	833	63,49	63,49	89,29	1230,16	0,6	11,91			2361,11		277,78	1,99	
того		72,55	72,03	180,51	1702,11	0,73	12,00	12,2	4,11	2389,93	76,9	291,32	3,10	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

22 апреля 2022 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65	
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									0,3				
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		10,54	17,47	47,48	392,0	0,23	1,61	85,0	0,69	229,9	146,61	47,66	1,52	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп-лапша*	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,5	200	2,26	7,64	11,4	5,31	0,48	
Суфле из мяса птицы (филе)-	60	12,61	13,85	2,38	183,91	0,07	1,3	40,55	0,78	32,47	34,5	14,33	1,07	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
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		23,32	23,73	70,63	587,21	0,38	2,80	263	4,42	71,91	213,46	49,94	3,83	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

22 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														
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Чай витаминизированн	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		10,94	17,52	59,93	444,0	0,40	11,61	85,0	0,77	230,6	149,86	48,36	1,65	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	
Суп-лапша*	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,5	200	2,26	7,64	11,4	5,31	0,48	
Суфле из мяса птицы (филе)	80	16,82	18,46	3,17	245,21	0,09	1,73	84,23	1,26	42,76	167,17	19,08	1,43	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированн ый кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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		27,53	28,34	94,92	743,51	0,70	23,33	307	4,90	81,90	346,13	54,69	4,19	87,95

Начальник ОДП Исламова Н.А.

Директор:

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

22 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 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,83	7,34	31,55	216,26	0,12	1,21	43,48	0,16	122,14	148,65	35,34	0,77	
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 для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
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	
		15,02	21,28	76,89	565,76	0,46	23,88	118,28	1,07	369,74	247,60	70,54	4,48	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп-лапша*	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,5	200	2,26	7,64	11,4	5,31	0,48	
Суфле из мяса птицы (филе)	80	16,82	18,46	3,17	245,21	0,09	1,73	84,23	1,26	42,76	167,17	19,06	1,43	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	
		27,53	28,34	94,92	743,51	0,70	23,33	307	4,90	81,90	346,13	54,69	4,19	
Итого за рацион														

196,23

Начальник ОДП

Исламова Н.А.