

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы



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

## Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 2022 г.

### Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

#### Завтрак

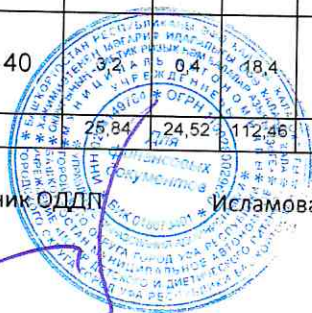
| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |              |              |             | Минеральные вещества (мг) |             |              |             | Цена         |
|------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|-------------|---------------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
|                                                            |              | Б                    | Ж            | У            |                                | В1            | С            | А            | Е           | Са                        | Р           | Mg           | Fe          |              |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                            | 150/4        | 4,85                 | 5,99         | 25,54        | 176,11                         |               |              |              | 0,13        | 101,88                    |             | 29,46        |             |              |
| 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 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         |              |
| <b>Итого</b>                                               |              | <b>11,33</b>         | <b>16,84</b> | <b>61,87</b> | <b>447,21</b>                  | <b>0,32</b>   | <b>10,60</b> | <b>45,00</b> | <b>0,83</b> | <b>231,28</b>             | <b>29,0</b> | <b>49,06</b> | <b>1,12</b> | <b>74,70</b> |

### 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 с макаронными изделиями                                   | 250          | 2,87                 | 2,96         | 20,79         | 121,63                         | 0,12          | 16,5         | 202,25     | 1,39        | 18,88                     | 63,55         | 24,27        | 1,01        |              |
| 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        |              |
| Соус молочный                                                 | 30           | 0,82                 | 2,92         | 3,05          | 41,84                          | 0,01          | 0,2          | 18,15      | 0,08        | 21,23                     | 17,33         | 2,74         | 0,08        |              |
| 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 40 | 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         |              |
| <b>Итого</b>                                                  |              | <b>25,84</b>         | <b>24,52</b> | <b>112,46</b> | <b>772,33</b>                  | <b>0,84</b>   | <b>38,10</b> | <b>283</b> | <b>3,95</b> | <b>108,98</b>             | <b>302,44</b> | <b>77,24</b> | <b>4,99</b> | <b>82,06</b> |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 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    | Ca                        | P      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет                           |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |       |      |        |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                            | 150/5        | 4,86                 | 6,72  | 26,35  | 185,91                         |               |       |        | 0,14 | 102,15                    |        | 29,46 |      |        |
| 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 |        |
|                                                            |              | 14,05                | 20,66 | 71,69  | 535,41                         | 0,34          | 22,67 | 74,80  | 1,05 | 349,75                    | 99,0   | 64,66 | 3,71 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет                              |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |       |      |        |
| Суп с макаронными изделиями                                | 250          | 2,87                 | 2,96  | 20,79  | 121,63                         | 0,12          | 16,5  | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27 | 1,01 |        |
| 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 |        |
| Соус молочный                                              | 30           | 0,82                 | 2,92  | 3,05   | 41,84                          | 0,01          | 0,2   | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74  | 0,08 |        |
| 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                             |               |       |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2   |      |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для                                   | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                             | 0,12          |       |        | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6  | 0,9  |        |
|                                                            |              | 24,24                | 24,32 | 102,36 | 724,33                         | 0,66          | 38,10 | 283    | 3,63 | 104,08                    | 263,44 | 71,64 | 3,69 |        |
| 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

07 октября 2022 г

2 смена

| Прием пищи,<br>наименование<br>блюда                       | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |         |         | Энергетическая<br>ценность | Витамины (мг) |        |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |         |       | Цена   |
|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|---------|---------|----------------------------|---------------|--------|--------|------|---------------------------|--------|---------|-------|--------|
|                                                            |                 | Б                    | Ж       | У       |                            | В1            | С      | А      | Е    | Ca                        | P      | Mg      | Fe    |        |
| Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет                              |                 |                      |         |         |                            |               |        |        |      |                           |        |         |       |        |
| Суп с макаронными изделиями                                | 250             | 2,87                 | 2,96    | 20,79   | 121,63                     | 0,12          | 16,5   | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27   | 1,01  |        |
| Суфле из мяса птицы                                        | 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                              | 150/10          | 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 | 40              | 3,2                  | 0,4     | 22      | 104                        | 0,14          |        |        | 0,6  | 8                         | 26     | 5,6     | 1     |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского                          | 40              | 3,2                  | 0,4     | 18,4    | 88                         | 0,16          |        |        | 0,68 | 11,6                      | 52     | 16,8    | 1,2   |        |
| Сок фруктовый 0,2                                          | 200             | 1                    | 0,2     | 20,2    | 92                         | 0,02          | 4      |        | 0,2  | 14                        | 14     | 8       | 2,8   |        |
| Итого                                                      |                 | 30,23                | 26,41   | 130,40  | 883,79                     | 0,87          | 42,33  | 309    | 4,55 | 112,04                    | 431,78 | 87,25   | 8,07  |        |
| Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет                           |                 |                      |         |         |                            |               |        |        |      |                           |        |         |       |        |
| 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  |        |
| Компот из смеси сухофруктов                                | 200             | 0,44                 | 0,09    | 32,92   | 128,6                      |               |        |        |      | 0,6                       |        |         | 0,06  |        |
| Творог детский фасованный                                  | 50              | 1057,78              | 1057,78 | 1487,5  | 20494,43                   | 9,91          | 198,34 |        |      | 39336,11                  |        | 4627,76 | 33,07 |        |
| Итого                                                      |                 | 1066,84              | 1066,32 | 1578,72 | 20966,38                   | 10,04         | 198,43 | 12,2   | 4,11 | 39364,93                  | 76,9   | 4641,30 | 34,18 | 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

07 октября 2022 г

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |         |         | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(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 с макаронными изделиями                                | 200             | 2,87                 | 2,96    | 20,79   | 121,63                                    | 0,12          | 16,5   | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27   | 1,01  |       |
| 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  |       |
| Соус молочный                                              | 30              | 0,82                 | 2,92    | 3,05    | 41,84                                     | 0,01          | 0,2    | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74    | 0,08  |       |
| 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                                        |               |        |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2     |       |       |
| 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                                                      |                 | 24,24                | 24,32   | 102,36  | 724,33                                    | 0,66          | 38,10  | 283    | 3,63 | 104,08                    | 263,44 | 71,64   | 3,69  | 65,00 |
| Полдник с 7-18 лет( родительская плата)                    |                 |                      |         |         |                                           |               |        |        |      |                           |        |         |       |       |
| Плюшка                                                     | 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             |                      |         | 9,98    | 39,9                                      |               |        |        |      | 0,3                       |        |         |       |       |
| Творог детский фасованный                                  | 50              | 1057,78              | 1057,78 | 1487,5  | 20494,43                                  | 9,91          | 198,34 |        |      | 39336,11                  |        | 4627,76 | 33,07 |       |
| Итого                                                      |                 | 1064,26              | 1062,79 | 1541,21 | 20780,04                                  | 10,01         | 198,41 | 30,6   | 1,02 | 39358,54                  | 58,9   | 4637,86 | 33,86 | 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

07 октября 2022 г

## Завтрак с 12-18 лет (родительская плата )

| 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   |              |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                            | 150/5        | 4,86                 | 6,72  | 26,35 | 185,91         |               |      |       | 0,14 | 102,15                    |     | 29,46 |      |              |
| 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             |               |      |       | 0,45 | 6                         |     | 4,2   |      |              |
| Чай с сахаром                                              | 200          |                      |       | 9,98  | 39,9           |               |      |       |      | 0,3                       |     |       |      |              |
| Кисломолочный продукт для детского питания                 | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62             | 0,03          | 0,6  |       |      | 119                       |     | 14    | 0,1  |              |
| <b>Итого</b>                                               |              | 10,54                | 17,47 | 57,46 | 431,91         | 0,03          | 0,60 | 45,00 | 0,69 | 229,85                    | 3,0 | 47,66 | 0,12 | <b>65,00</b> |

## Обед с 12-18 лет ( родительская плата)

| 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   |              |
| Суп с макаронными изделиями                                   | 250          | 2,87                 | 2,96  | 20,79 | 121,63         | 0,12          | 16,5  | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27 | 1,01 |              |
| 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 |              |
| Соус молочный                                                 | 30           | 0,82                 | 2,92  | 3,05  | 41,84          | 0,01          | 0,2   | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74  | 0,08 |              |
| 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 витаминизированный                                        | 200          |                      |       | 9,7   | 39             | 0,15          | 10    |        |      |                           |        |       |      |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30 | 30           | 2,4                  | 0,3   | 16,5  | 78             |               |       |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2   |      |              |
| 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  |              |
| <b>Итого</b>                                                  |              | 24,24                | 24,32 | 88,56 | 668,33         | 0,51          | 28,00 | 283    | 3,63 | 104,08                    | 263,44 | 71,64 | 3,69 | <b>70,00</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 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    | Ca                        | 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 |        |
| 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  |        |
|                                                            |              | 11,91                | 18,14 | 65,13  | 474,36                         | 0,42          | 11,81 | 88,48  | 0,79 | 250,54                    | 174,40 | 54,24 | 1,77 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет                             |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |       |      |        |
| Суп с макаронными изделиями                                | 250          | 2,87                 | 2,96  | 20,79  | 121,63                         | 0,12          | 16,5  | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27 | 1,01 |        |
| 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 |        |
| Соус молочный                                              | 30           | 0,82                 | 2,92  | 3,05   | 41,84                          | 0,01          | 0,2   | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74  | 0,08 |        |
| 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                             |               |       |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2   |      |        |
| 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  |        |
|                                                            |              | 28,45                | 28,93 | 103,15 | 785,63                         | 0,68          | 38,53 | 327    | 4,11 | 114,37                    | 396,11 | 76,39 | 4,05 |        |
| Итого за рацион                                            |              |                      |       |        |                                |               |       |        |      |                           |        |       |      | 167,22 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 2022 г

2 смена

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |         |         | Энерге-<br>тическая<br>ценность | Витамины (мг) |        |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |         |       | Цена   |
|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|---------|---------|---------------------------------|---------------|--------|--------|------|---------------------------|--------|---------|-------|--------|
|                                                            |                 | Б                    | Ж       | У       |                                 | В1            | С      | А      | Е    | Ca                        | P      | Mg      | Fe    |        |
| Обед инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет                             |                 |                      |         |         |                                 |               |        |        |      |                           |        |         |       |        |
| Суп с макаронными изделиями                                | 250             | 2,87                 | 2,96    | 20,79   | 121,63                          | 0,12          | 16,5   | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27   | 1,01  |        |
| 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                              | 150/10          | 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 | 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                                                      |                 | 29,23                | 26,21   | 110,20  | 791,79                          | 0,85          | 38,33  | 309    | 4,35 | 98,04                     | 417,78 | 79,25   | 5,27  |        |
| Полдник инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет                          |                 |                      |         |         |                                 |               |        |        |      |                           |        |         |       |        |
| 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  |        |
| Компот из смеси сухофруктов                                | 200             | 0,44                 | 0,09    | 32,92   | 128,6                           |               |        |        |      | 0,6                       |        |         | 0,06  |        |
| Творог детский фасованный                                  | 50              | 1057,78              | 1057,78 | 1487,5  | 20494,43                        | 9,91          | 198,34 |        |      | 39336,11                  |        | 4627,76 | 33,07 |        |
| Итого                                                      |                 | 1066,84              | 1066,32 | 1578,72 | 20966,38                        | 10,04         | 198,43 | 12,2   | 4,11 | 39364,93                  | 76,9   | 4641,30 | 34,18 | 167,22 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |      |      | Минеральные вещества (мг) |       |       |      | Цена         |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|------|-------|--------------------------------------|---------------|------|------|------|---------------------------|-------|-------|------|--------------|
|                                                                     |                 | Б                    | Ж    | У     |                                      | В1            | С    | А    | Е    | Ca                        | P     | Mg    | Fe   |              |
| Каша молочная<br>"Дружба" с<br>маслом                               | 150/5           | 4,86                 | 6,72 | 26,35 | 185,91                               |               |      |      | 0,14 | 102,15                    |       | 29,46 |      |              |
| Масло сливочное                                                     | 8               | 0,06                 | 5,8  | 0,1   | 52,88                                |               |      | 36   | 0,08 | 1,92                      | 2,4   |       | 0,02 |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания | 35              | 2,8                  | 0,35 | 19,25 | 91                                   | 0,12          |      |      | 0,53 | 7                         | 22,75 | 4,9   | 0,88 |              |
| Чай с лимоном и<br>сахаром                                          | 200             | 0,06                 | 0,01 | 10,19 | 42,28                                |               | 2,8  | 0,14 | 0,01 | 3,1                       | 1,54  | 0,84  | 0,07 |              |
| Кисломолочный<br>продукт для<br>детского питания                    | 100             | 3,2                  | 3,2  | 4,5   | 62                                   | 0,03          | 0,6  |      |      | 119                       |       | 14    | 0,1  |              |
| <b>Итого</b>                                                        |                 | 11                   | 16,1 | 60,4  | 434                                  | 0,15          | 3,40 | 36,1 | 0,76 | 233                       | 26,7  | 49    | 1,07 | <b>72,21</b> |

Обед ММС с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена         |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------------|
|                                                                     |                 | Б                    | Ж     | У     |                                      | В1            | С     | А      | Е    | Ca                        | P      | Mg    | Fe   |              |
| Суп с<br>макаронными<br>изделиями                                   | 250             | 2,87                 | 2,96  | 20,79 | 121,63                               | 0,12          | 16,5  | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27 | 1,01 |              |
| Суфле из мяса<br>птицы (филе)                                       | 90              | 18,89                | 18,53 | 3,56  | 255,59                               | 0,1           | 1,94  | 80,77  | 1,41 | 47,65                     | 187,17 | 21,49 | 1,61 |              |
| Соус молочный                                                       | 30              | 0,82                 | 2,92  | 3,05  | 41,84                                | 0,01          | 0,2   | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74  | 0,08 |              |
| Каша перловая<br>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<br>витаминизирован<br>ный                                       | 200             |                      |       | 9,7   | 39                                   | 0,15          | 10    |        |      |                           |        |       |      |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5  | 78                                   |               |       |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2   |      |              |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный для<br>детского питания                    | 30              | 2,4                  | 0,3   | 13,8  | 66                                   | 0,12          |       |        | 0,51 | 8,7                       | 39     | 12,6  | 0,9  |              |
| <b>Итого</b>                                                        |                 | 30,52                | 29,00 | 89,74 | 740,01                               | 0,54          | 28,64 | 324    | 4,26 | 119,26                    | 416,11 | 78,80 | 4,23 | <b>82,54</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

07 октября 2022

## Завтрак СОП с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>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                     |               |      |       | 0,14 | 102,15                    |       | 29,46 |      |              |
| Масло сливочное                                            | 8               | 0,06                 | 5,8   | 0,1   | 52,88                      |               |      | 36    | 0,08 | 1,92                      | 2,4   |       | 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 | 35              | 2,8                  | 0,35  | 19,25 | 91                         | 0,12          |      |       | 0,53 | 7                         | 22,75 | 4,9   | 0,88 |              |
| Кисломолочный продукт для детского питания                 | 100             | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                         | 0,03          | 0,6  |       |      | 119                       |       | 14    | 0,1  |              |
| <b>Итого</b>                                               |                 | 10,98                | 16,08 | 60,39 | 434,07                     | 0,15          | 3,40 | 36,14 | 0,76 | 233,17                    | 26,7  | 49,20 | 1,07 | <b>72,21</b> |

## Обед СОП с 12-18 лет

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая | Витамины (мг) |       |        |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена         |
|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|----------------|---------------|-------|--------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------------|
|                                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                | В1            | С     | А      | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |              |
| Суп с макаронными изделиями                                | 250             | 2,87                 | 2,96  | 20,79 | 121,63         | 0,12          | 16,5  | 202,25 | 1,39 | 18,88                     | 63,55  | 24,27 | 1,01 |              |
| Суфле из мяса птицы (филе)                                 | 90              | 18,89                | 18,53 | 3,56  | 255,59         | 0,1           | 1,94  | 80,77  | 1,41 | 47,65                     | 187,17 | 21,49 | 1,61 |              |
| Соус молочный                                              | 30              | 0,82                 | 2,92  | 3,05  | 41,84          | 0,01          | 0,2   | 18,15  | 0,08 | 21,23                     | 17,33  | 2,74  | 0,08 |              |
| 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 витаминизированный                                     | 200             |                      |       | 9,7   | 39             | 0,15          | 10    |        |      |                           |        |       |      |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5  | 78             |               |       |        | 0,45 | 6                         |        | 4,2   |      |              |
| 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  |              |
| <b>Итого</b>                                               |                 | 30,52                | 29,00 | 89,74 | 740,01         | 0,54          | 28,64 | 324    | 4,26 | 119,26                    | 416,11 | 78,80 | 4,23 | <b>82,54</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.