**СОГЛАСОВАНО**
**Директор школы № 96**
Т.А. Евстифеева

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

## 08 февраля 2022

## Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

### Завтрак

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 60/40 | 8,76 | 12,21 | 8,85 | 180,64 | 0,08 | 4,16 | 62,64 | 2,85 | 31,69 | 105,2 | 17,51 | 1,57 | |
| 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 | |
| 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 лимоном и сахаром | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,26 | | 2,8 | 0,14 | 0,01 | 3,1 | 1,54 | 0,84 | 0,07 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| Итого | | 16,99 | 17,58 | 77,22 | 541,47 | 0,36 | 10,96 | 86,03 | 3,86 | 66,43 | 253,5 | 105,73 | 7,74 | 74,70 |

## Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

### Обед

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 1,12 | 5,07 | 6,58 | 76,37 | 0,01 | 7,48 | 1,5 | 2,27 | 29,88 | 32,26 | 16,59 | 1,06 | |
| Суп-лапша домашняя | 250 | 2,92 | 5,84 | 14,62 | 122,86 | 0,05 | 1,5 | 213 | 2,57 | 15,6 | 37,08 | 9,01 | 0,53 | |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 11,56 | 14,11 | 21,08 | 257,88 | 0,18 | 26,46 | 12 | 3 | 23,88 | 168,07 | 41,35 | 2,55 | |
| 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 | 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 | | 20,56 | 25,78 | 91,47 | 679,76 | 0,47 | 39,44 | 229 | 8,88 | 90,91 | 300,31 | 87,35 | 6,72 | 82,06 |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 96
Т. А. Евстифеева

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся
## 08 февраля 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 | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| **Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет** | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 60/40 | 8,76 | 12,21 | 8,85 | 180,64 | 0,08 | 4,16 | 62,64 | 2,85 | 31,69 | 105,2 | 17,51 | 1,57 | |
| 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 | |
| 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 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 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| | | 16,99 | 17,58 | 77,22 | 541,47 | 0,36 | 10,96 | 86,03 | 3,86 | 66,43 | 253,5 | 105,73 | 7,74 | |
| **Обед ОВЗ , инвалиды с 7-11 лет** | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 1,12 | 5,07 | 6,58 | 76,37 | 0,01 | 7,48 | 1,5 | 2,27 | 29,88 | 32,26 | 16,59 | 1,06 | |
| Суп-лапша домашняя | 250 | 2,92 | 5,84 | 14,62 | 122,86 | 0,05 | 1,5 | 213 | 2,57 | 15,6 | 37,08 | 9,01 | 0,53 | |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 11,56 | 14,11 | 21,08 | 257,88 | 0,18 | 26,46 | 12 | 3 | 23,88 | 168,07 | 41,35 | 2,55 | |
| 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 | 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 | |
| | | 20,56 | 25,78 | 91,47 | 679,76 | 0,47 | 39,44 | 229 | 8,88 | 90,91 | 300,31 | 87,35 | 6,72 | |
| **Итого за рацион** | | | | | | | | | | | | | | **158,48** |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

## 08 февраля 2022 г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| **Обед с 7-11 лет (родительская плата)** | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 1,12 | 5,07 | 6,58 | 76,37 | 0,01 | 7,48 | 1,5 | 2,27 | 29,88 | 32,26 | 16,59 | 1,06 | |
| Суп-лапша домашняя | 250 | 2,77 | 5,29 | 15,61 | 121,35 | 0,05 | 1,5 | 200 | 2,26 | 7,64 | 11,4 | 5,31 | 0,48 | |
| Жаркое по-домашнему | 160 | 10,08 | 12,34 | 18,83 | 226,94 | 0,16 | 23,64 | 10,7 | 2,7 | 21,2 | 147,64 | 36,64 | 2,24 | |
| Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 | | | | | 0,3 | | | 0,03 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 | 0,14 | | | 0,6 | 8 | 26 | 5,6 | 1 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 66 | 0,12 | | | 0,51 | 8,7 | 39 | 12,6 | 0,9 | |
| **Итого** | | 19,57 | 23,40 | 86,80 | 634,56 | 0,48 | 32,62 | 212 | 8,29 | 75,71 | 256,30 | 76,74 | 5,71 | **65,00** |
| **Полдник с 7-18 лет( родительская плата)** | | | | | | | | | | | | | | |
| Учпочмак | 100 | 9,36 | 11,49 | 29,3 | 257,9 | 0,11 | 5,94 | 16,05 | 3,54 | 21,64 | 105,02 | 18,62 | 1,53 | |
| Сок фруктовый 0,2 ед. | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| **Итого** | | 10,36 | 11,69 | 49,50 | 349,90 | 0,13 | 9,94 | 16,1 | 3,74 | 35,64 | 119,0 | 26,62 | 4,33 | **45,00** |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

**СОГЛАСОВАНО**
**Директор школы** № 96
Т.А. Евстифеева

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

## 08 февраля 2022

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

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценност | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 60/30 | 8,66 | 12,1 | 8,33 | 177,1 | 0,07 | 3,66 | 47,64 | 2,79 | 30,82 | 103,73 | 16,67 | 1,53 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,4 | 1,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| Чай с сахаром шк. | 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 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| **Итого** | | 16,83 | 17,46 | 76,49 | 535,55 | 0,35 | 7,66 | 70,89 | 3,79 | 52,76 | 250,5 | 104,05 | 7,66 | **65,00** |

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

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценност | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | 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 | |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 11,56 | 14,11 | 21,08 | 257,88 | 0,18 | 26,46 | 12 | 3 | 23.88 | 168,07 | 41,35 | 2,55 | |
| 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 | 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 | | 19,29 | 20,16 | 85,88 | 601,88 | 0,46 | 31,96 | 214 | 6,30 | 53,07 | 242,37 | 67,06 | 5,61 | **70,00** |

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.

**СОГЛАСОВАНО**
**Директор школы**

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

## 08 февраля 2022 г

## Завтрак ММС, СОП с 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 60/30 | 8,66 | 12,1 | 8,33 | 177,1 | 0,07 | 3,66 | 47,64 | 2,79 | 30,82 | 103,73 | 16,67 | 1,53 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 180/10 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,4 | 1,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| 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 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| **Итого** | | 17 | 17,5 | 76,5 | 536 | 0,35 | 7,66 | 70,9 | 3,79 | 53 | 250,5 | 104 | 7,66 | **72,21** |

## Обед ММС, СОП с 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | 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 | |
| Жаркое по-домашнему | 220 | 9,62 | 11,75 | 17,58 | 214,83 | 0,15 | 22,08 | 10,2 | 2,5 | 19,9 | 139,98 | 34,48 | 2,13 | |
| 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 | 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 | | 17,35 | 17,80 | 82,38 | 558,83 | 0,43 | 27,58 | 212 | 5,80 | 49,09 | 214,28 | 60,19 | 5,19 | **82,54** |

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

**СОГЛАСОВАНО**
**Директор школы** №96
Евстафеева

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

# Школьное меню для организации питания обучающихся

## 08 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 | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe | |
| **Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет** | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины с томатным соусом | 60/30 | 8,66 | 12,1 | 8,33 | 177,1 | 0,07 | 3,66 | 47,64 | 2,79 | 30,82 | 103,73 | 16,67 | 1,53 | |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 180/10 | 4,77 | 4,86 | 21,48 | 148,55 | 0,16 | | 23,25 | 0,4 | 1,64 | 113,25 | 75,18 | 2,55 | |
| 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 | |
| Сок фруктовый 0,2 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | |
| | | 16,83 | 17,46 | 76,49 | 535,55 | 0,35 | 7,66 | 70,89 | 3,79 | 52,76 | 250,48 | 104,05 | 7,66 | |
| **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 | |
| Жаркое по-домашнему | 220 | 9,62 | 11,75 | 17,58 | 214,83 | 0,15 | 22,08 | 10,2 | 2,5 | 19,9 | 139,98 | 34,48 | 2,13 | |
| 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 | 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 | |
| | | 17,35 | 17,80 | 82,38 | 558,83 | 0,43 | 27,58 | 212 | 5,80 | 49,09 | 214,28 | 60,19 | 5,19 | |
| **Итого за рацион** | | | | | | | | | | | | | | 167,22 |

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.