



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 сентября 2021

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	Ca	P	Mg	Fe	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/15	23,73	8,99	23,86	275,5	0,06	0,66	48,06	1,23	217,51	270,1	30,34	0,6	
Кофейный напиток на молоке	200	3,36	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное 10	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Пряники	1 шт.	0,59	0,47	7,5	36,6	0,01				1,1		0,9	0,08	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		33,38	23,79	72,87	648,26	0,24	2,56	115,06	1,78	466,31	382,6	63,44	1,66	105,24

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	Ca	P	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,70	1,96	45,28	54,52	24,42	0,13	
Котлеты "Нежные" мясные 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 рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,33	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	143,0	5,78	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Итого		26,59	20,46	149,60	892,64	0,78	35,39	458	6,86	150,13	409,64	232,14	12,12	112,04

Начальник ОДП Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №96

Т.А. Евсифьева

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
16 сентября 2021 г.

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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/15	23,73	8,99	23,86	275,5	0,06	0,66	48,06	1,23	217,51	270,1	30,34	0,6	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,30	90,0	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Пряники	1 шт.	0,59	0,47	7,5	36,6	0,01				1,1		0,9	0,08	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		33,30	16,54	72,74	582,16	0,24	2,56	70,06	1,68	463,91	379,6	63,44	1,66	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,70	1,96	45,28	54,52	24,42	0,13	
Котлеты "Нежные" мясные 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 рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	143,0	5,78	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,66	11,6	52	16,8	1,2	
		26,09	19,96	137,35	833,89	0,74	22,89	451	6,61	130,13	395,89	220,89	9,37	
Итого за рацион														186,93

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 сентября 2021 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	Ca	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
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" мясные 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 рассыпчатая с маслом	130/4	7,84	4,95	35,45	217,4	0,27		19,24	0,54	15,94	185,96	124,2	4,18	
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		21,06	17,80	93,46	618,33	0,56	21,87	296	4,67	76,05	302,03	168,36	7,13	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.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 96

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 сентября 2021

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		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/15	25,77	9,69	27,26	303,95	0,07	0,71	51,78	1,33	233,1	291,55	32,62	0,66	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		34,57	13,59	80,24	587,85	0,34	1,31	51,78	2,38	366,40	337,1	56,42	2,54	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		В1	С	А	Е	Са	Р	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" мясные 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 рассыпчатая с маслом	180/10	10,84	6,45	49	297,01	0,37		24,21	0,74	21,65	256,89	171,6	5,78	
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		24,06	19,39	107,01	697,94	0,66	21,87	301	4,87	81,76	372,96	215,81	8,73	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

16 сентября 2021 г

Завтрак ММС 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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/15	25,77	9,69	27,26	303,95	0,07	0,71	51,78	1,33	233,1	291,55	32,62	0,66	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Масло сливочное	5	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,2	3,6	5		0,03	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		35	24,5	80,4	687	0,34	1,31	119,3	2,53	370	341,6	56	2,57	69,32

Обед ММС 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	250/5	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" мясные 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 рассыпчатая с маслом	200/10	12,01	6,76	54,31	325,65	0,37		24,21	0,74	21,65	256,89	171,6	5,78	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,41		24,4	0,81	23,9	284,6	190,22	6,40	
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		26,53	19,69	135,05	824,48	1,07	21,87	325	5,68	105,34	657,56	406,03	15,10	79,20

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦГО г. Уфа
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 сентября 2021 г

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 12-18 лет														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/15	25,77	9,69	27,26	303,95	0,07	0,71	51,78	1,33	233,1	291,55	32,62	0,66	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Масло сливочное	5	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,2	3,6	5		0,03	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		34,69	24,47	80,44	687,00	0,34	1,31	119,28	2,53	370,00	341,55	56,42	2,57	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Борщ с капустой и картофелем со	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" мясные 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 рассыпчатая с маслом	200/10	12,01	6,76	54,31	325,65	0,37		24,21	0,74	21,65	256,89	171,6	5,78	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,41		24,4	0,81	23,9	284,6	190,22	6,40	
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	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		27,03	20,19	147,30	883,23	1,11	34,37	331	5,93	125,34	671,31	417,28	17,85	
Итого за рацион														162,26

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)

16 сентября 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	150	30,76	13,91	13,2	306,66	0,1	0,7	60,04	3,01	234,07	328,79	36,37	0,99	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
Кисломолочный продукт (без сахара)	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		36,86	17,91	43,75	493,41	0,29	13,80	66,29	3,77	381,77	381,5	74,22	4,74	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Котлеты мясные с томатным соусом (без моркови)	60/30	9,87	11,79	8,36	179,09	0,08	1,78	12,17	2,2	29,08	108,17	15,6	1,62	
Каша гречневая вязкая с маслом	200/10	6,38	8,9	28,68	220,1	0,22		46,00	0,50	16,08	152,00	100,2	3,40	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
		20,68	26,66	61,00	565,81	0,48	21,67	280	5,17	99,14	353,69	152,84	7,05	
Всего за рацион														162,26

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

