

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



УТВЕРЖДАЮ
ОДП ГО г. Уфа

Т.А. Евсегиев

Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся

10 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	Са	Р	Mg	Fe	
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	5,83	8,02	31,45	221,89	0,1	1,01	47,71	0,16	121,92	148,12	35,16	0,77	
Филе грудки отварное	40	10,22	8,76	0,48	120,99	0,1	1,41	21,76	0,17	11,18		10,94	0,75	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сыр (порциями)	10	5,26	5,32		70		0,14	47,6	0,08	200	120	11,1	14	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,6	0,6	14,7	71	0,04	15,0	7,5	0,36	24	16,5	13,2	3,4	
Итого		32,18	30,10	88,22	760,84	0,40	19,46	146,69	1,36	609,52	426,8	121,00	20,99	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	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом с мясом	250/20	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	1,52	57,81	10,39	1,07	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
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 для детского	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	
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		29,85	25,87	143,92	930,33	0,79	29,84	363	6,84	113,75	349,31	99,55	10,65	112,04

Начальник ОДП Исламова Н.А.

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



н 96
всего

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



Школьное меню для организации питания обучающихся

10 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	200	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Макаронные изделия отварные с	150/5	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	1,52	57,81	10,39	1,07	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90									
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Итого		25,99	24,81	104,36	744,83	0,58	13,34	355	5,83	75,30	279,16	67,90	5,77	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Уч-почмак	75	14	8,99	23,91	234,45	0,06	0,26	36,33	2,75	92,99	145,2	16,2	0,68	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	11,06	45,87		3,04	0,15	0,01	3,36	1,67	0,91	0,08	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11	2,8	
Итого		14,57	9,50	47,22	339,07	0,10	15,80	42,7	3,01	116,35	160,6	28,36	3,51	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

Исламова Н.А.



ХЗ-96



Школьное меню для организации питания обучающихся
10 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	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	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65	
Филе грудки отварное	40	10,22	8,76	0,48	120,99	0,1	1,41	21,76	0,17	11,18		10,94	0,75	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,6	0,6	14,7	71	0,04	15,0	7,5	0,36	24	16,5	13,2	3,4	
		28,58	26,14	83,12	689,86	0,40	19,39	115,16	1,32	489,75	342,8	109,70	6,94	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,86	7,93	37,14	243,55	0,09		45	0,89	16,79	48,68	8,66	0,89	
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	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Хлеб пшеничный обогащенный	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	
		28,20	25,23	124,26	836,09	0,73	17,34	357	6,43	109,02	326,43	86,57	7,72	
Итого за рацион														186,93

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 96

Евстигьева

Школьное меню для организации питания обучающихся

10 сентября 2021 г

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

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 с 12-18 лет (родительская плата)														
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	65
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	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 для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	70,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



№ 96

Школьное меню для организации питания обучающихся

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



10 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	
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0,01	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	20	5,26	5,32		70		0,14	47,6	0,08	200	120	11,1	14	
Кисломолочный	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	69,32

Обед ММС с 12-18 лет

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	
Горошек зеленый консервированный	25	0,78	0,05	1,63	10		2,5							
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	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 для	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		0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	79,20

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

10 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34	68,3	0,22	136,75	166,48	39,27	0,87	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5	0,04	1,3	22,1	0	125,4	116	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	56,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75	
		4,37	4,30	27,34	170,21	0,08	13,80	28,37	0,26	145,42	129,95	42,25	3,76	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Горошек зеленый консервированный	25	0,78	0,05	1,63	10		2,5							
Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	7,01	8,07	44,55	279,04	0,11		45	1,05	19,52	57,81	10,39	1,07	
Компот из свежих плодов 200 ед.	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	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	
		0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	
Итого за рацион														162,26

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 96



Школьное меню

для организации питания обучающихся (сахарный диабет)

10 сентября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат- пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
Каша пшениная молочная вязкая с маслом (б/с)	130/4	5,58	5,97	24,6	175,03	0,16	0,81	32,7	0,14	87,19	133,09	35,87	0,97	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано- пшеничный	25	2	0,25	11,5	55	0,1			0,43	7,25	32,5	10,5	0,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		21,25	21,79	41,66	449,37	0,33	2,46	172,70	2,37	227,63	277,5	76,48	3,46	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Суп гороховый (сах.диабет)	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,2	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая) без сахара	60/30	12,09	4,48	1,76	96,33	0,1	2,59	278,58	1,98	38	188,87	47,65	0,8	
Рагу из овощей	130	2,28	5,5	14,28	116,68	0,1	25,63	352,46	2,52	30,33	58,25	27,08	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	
		26,05	14,95	51,92	447,17	0,68	32,42	1232	7,13	133,79	401,98	135,51	5,76	
Всего за рацион														

186-93

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 96

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

В.К. Смирнов

Никольное меню для организации питания обучающихся (сахарный диабет)
10 сентября 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	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 тушеное с овощами (без муки и томат-	40/40	11,97	14,13	1,21	179,82	0,05	1,20	160	2,1	16,22	127,94	18,42	1,87	
Каша пшенная молочная вязкая с маслом (б/с)	150/5	6,44	7,17	28,39	204,5	0,19	0,94	39,5	0,16	100,67	153,68	41,38	1,12	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржано- пшеничный	25	2	0,25	11,5	55	0,1			0,43	7,25	32,5	10,5	0,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		23,61	24,75	45,60	501,32	0,37	2,74	199,47	2,65	243,14	314,1	84,30	3,84	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп гороховый (сах.диабет)	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,2	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая) без сахара (сах.диабет)	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,1	3,02			45		55,61	0,9	
Рагу из овощей	200	3,52	8,47	22,01	179,7	0,2	39,45	544,09	3,87	47,08	89,78	41,73	1,53	
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	
		26,90	18,04	46,14	457,25	0,62	46,67	1145	5,99	148,41	205,64	145,52	5,53	
Всего за рацион														162,26

Начальник ОДП

Исламова Н.А.