

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 февраля 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	
Плов из мяса птицы	150	12,67	17,62	31,04	332,96	0,09	3,32	206,7	4,35	18,68	152,33	35,24	1,26	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>15,67</b>	<b>24,21</b>	<b>69,59</b>	<b>562,52</b>	<b>0,23</b>	<b>18,12</b>	<b>248,84</b>	<b>5,13</b>	<b>48,90</b>	<b>189,0</b>	<b>51,08</b>	<b>4,74</b>	<b>74,70</b>

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	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный	35	2,8	0,35	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
<b>Итого</b>		<b>25,28</b>	<b>22,49</b>	<b>92,63</b>	<b>673,90</b>	<b>0,45</b>	<b>28,79</b>	<b>198</b>	<b>5,26</b>	<b>84,43</b>	<b>282,79</b>	<b>62,87</b>	<b>5,40</b>	<b>82,06</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 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		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Плов из мяса птицы	150	12,67	17,62	31,04	332,96	0,09	3,32	206,7	4,35	18,68	152,33	35,24	1,26	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>15,67</b>	<b>24,21</b>	<b>69,59</b>	<b>562,52</b>	<b>0,23</b>	<b>18,12</b>	<b>248,84</b>	<b>5,13</b>	<b>48,90</b>	<b>189,0</b>	<b>51,08</b>	<b>4,74</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный	35	2,8	0,35	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
<b>Итого</b>		<b>25,28</b>	<b>22,49</b>	<b>92,63</b>	<b>673,90</b>	<b>0,45</b>	<b>28,79</b>	<b>198</b>	<b>5,26</b>	<b>84,43</b>	<b>282,79</b>	<b>62,87</b>	<b>5,40</b>	<b>158,48</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

09 февраля 2022 г

2 смена

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	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано- пшеничный	35	2,8	0,35	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
<b>Итого</b>		<b>25,28</b>	<b>22,49</b>	<b>92,63</b>	<b>673,90</b>	<b>0,45</b>	<b>28,79</b>	<b>198</b>	<b>5,26</b>	<b>84,43</b>	<b>282,79</b>	<b>62,87</b>	<b>5,40</b>	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		<b>9,32</b>	<b>10,93</b>	<b>77,45</b>	<b>455,82</b>	<b>0,14</b>	<b>22,47</b>	<b>11,1</b>	<b>3,48</b>	<b>56,19</b>	<b>106,9</b>	<b>33,48</b>	<b>7,26</b>	<b>158,48</b>

Начальник ОДДП

  
Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 февраля 2022 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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	30/30	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,3	11,25	95,48	12,77	1,43	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,88	
Хлеб ржано- пшеничный	35	2,8	0,35	16,1	77	0,14			0,6	10,15	45,5	14,7	1,05	
<b>Итого</b>		<b>22,22</b>	<b>19,15</b>	<b>91,91</b>	<b>628,73</b>	<b>0,44</b>	<b>28,28</b>	<b>196</b>	<b>4,82</b>	<b>80,67</b>	<b>250,92</b>	<b>58,58</b>	<b>4,92</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		<b>8,32</b>	<b>10,73</b>	<b>57,25</b>	<b>363,82</b>	<b>0,12</b>	<b>18,47</b>	<b>11,1</b>	<b>3,28</b>	<b>42,19</b>	<b>92,9</b>	<b>25,48</b>	<b>4,46</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 февраля 2022 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Плов из мяса птицы	170	14,37	19,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>17,25</b>	<b>20,75</b>	<b>73,47</b>	<b>551,98</b>	<b>0,24</b>	<b>15,77</b>	<b>240,32</b>	<b>5,62</b>	<b>46,68</b>	<b>205,44</b>	<b>54,97</b>	<b>4,85</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Гуляш	30/30	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,3	11,25	95,48	12,77	1,43	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	
<b>Итого</b>		<b>21,84</b>	<b>20,63</b>	<b>88,58</b>	<b>626,58</b>	<b>0,42</b>	<b>31,50</b>	<b>241</b>	<b>5,03</b>	<b>87,12</b>	<b>251,54</b>	<b>59,45</b>	<b>4,76</b>	<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

09 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		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Плов из мяса птицы	190	14,37	19,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>17,25</b>	<b>20,75</b>	<b>73,47</b>	<b>551,88</b>	<b>0,24</b>	<b>15,77</b>	<b>240,32</b>	<b>5,62</b>	<b>46,68</b>	<b>205,44</b>	<b>54,97</b>	<b>4,85</b>	<b>72,21</b>

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		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,90</b>	<b>23,97</b>	<b>89,30</b>	<b>671,75</b>	<b>0,43</b>	<b>32,01</b>	<b>243</b>	<b>5,47</b>	<b>90,88</b>	<b>283,41</b>	<b>63,74</b>	<b>5,24</b>	<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

09 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		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Плов из мяса птицы	190	14,37	19,97	35,23	377,58	0,1	3,77	234,32	4,93	21,18	172,74	39,97	1,43	
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	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>17,25</b>	<b>20,75</b>	<b>73,47</b>	<b>551,88</b>	<b>0,24</b>	<b>15,77</b>	<b>240,32</b>	<b>5,62</b>	<b>46,68</b>	<b>205,44</b>	<b>54,97</b>	<b>4,85</b>	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Гуляш	40/40	12,25	13,36	2,83	180,49	0,05	1,97	7,8	1,74	15,01	127,35	17,06	1,91	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	
<b>Итого</b>		<b>24,90</b>	<b>23,97</b>	<b>89,30</b>	<b>671,75</b>	<b>0,43</b>	<b>32,01</b>	<b>243</b>	<b>5,47</b>	<b>90,88</b>	<b>283,41</b>	<b>63,74</b>	<b>5,24</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

