Согласовано:
Директор школы:
Р.М.Сагитов

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2021
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	
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
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	
Печенье	26	2,04	2,71	16,73	99,36	0,03		17,28	0,31	9,84	20,88	3,6	0,24	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		25,31	32,27	81,34	729,16	0,23	17,64	339,89	2,41	421,92	345,2	64,73	8,62	126,52

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	
Суп картофельный с горохом и гренками	250/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	170	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,4	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
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	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	
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		28,28	22,49	132,96	854,73	1,03	70,79	820	6,84	126,17	369,98	116,65	12,54	133,32

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.И.Сагитов

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

Школьное меню для организации питания обучающихся
07 декабря 2021 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,54	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
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	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Пряники	1 шт.	0,59	0,47	7,5	36,6	0,01				1,1		0,9	0,08	
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	
		22,84	22,59	51,99	510,68	0,19	16,44	277,75	1,81	399,58	308,9	54,87	5,68	
Обед ОВЗ , инвалиды с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	170	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,4	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	30	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	8,5	
		29,23	22,84	126,48	833,40	1,06	60,62	867	7,04	114,20	375,89	113,05	8,47	
Итого за рацион														**208,21**

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.И.Сеурнов

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2021 г

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	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	130	10,49	12,3	9,77	192,36	0,10	17,96	436,51	2,37	28,66	133,83	32,0	2,01	
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	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		24,22	17,83	89,20	613,75	0,71	32,41	699	5,90	91,53	311,65	93,50	6,79	**65,00**
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Пицца "Детская"	75	12,76	10,42	22,23	234,19	0,08	1,42	35,99	1,31	108,63	155,98	19,8	1,52	
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	
Итого		12,92	10,58	41,12	312,84	0,09	5,42	38,0	1,39	115,48	160,4	23,40	2,45	**45,00**

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.Н.Сагитов

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2021 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Морковь отварная с растительным маслом	20	0,28	1,22	1,5	18,38	0,01	1,09	434	0,61	5,97	11,96	8,25	0,15	
Омлет запеченный с сыром	160	20,18	21,78	2,63	288,62	0,1	0,67	335,78	1,91	315,8	365,76	29,91	2,86	
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
		29,34	34,15	57,24	657,00	0,38	2,36	814,78	3,67	457,47	426,22	61,96	4,91	
Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет														
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	220	13,55	16,05	12,78	250,62	0,13	23,48	571,67	3,15	38,00	173,36	41,69	2,61	
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	
		26,82	21,52	90,15	660,63	0,71	35,13	834	6,57	96,17	339,89	98,85	7,17	
Итого за рацион														**162,26**

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.М.Сахуллов

О
ы

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Морковь отварная с растительным маслом	20	0,28	1,22	1,5	18,38	0,01	1,09	434	0,61	5,97	11,96	8,25	0,15	
Омлет запеченный с сыром	160	20,18	21,78	2,63	288,62	0,1	0,67	335,78	1,91	315,8	365,76	29,91	2,86	
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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Итого		29	34,2	57,2	657	0,38	2,36	814,8	3,67	457	426,2	62	4,91	**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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	220	13,55	16,05	12,78	250,62	0,13	23,48	571,67	3,15	38,00	173,36	41,69	2,61	
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		26,82	21,52	90,15	660,63	0,71	35,13	834	6,57	96,17	339,89	98,85	7,17	**79,20**

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.М.Сеуляков

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Морковь отварная с растительным маслом	20	0,28	1,22	1,5	18,38	0,01	1,09	434	0,61	5,97	11,96	8,25	0,15	
Омлет запеченный с сыром	160	18,73	20,2	2,46	267,78	0,1	0,62	312,99	1,78	289,1	338,60	27,66	2,68	
Чай с сахаром шк.	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		27,81	25,32	56,94	570,06	0,37	2,31	746,99	3,44	428,37	396,1	59,71	4,71	**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 картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Рагу овощное с отварным мясом	180	12,15	14,33	11,29	223,41	0,11	20,74	504,24	2,79	33,40	154,86	37,01	2,33	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
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	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		25,42	19,80	88,66	633,42	0,69	32,39	766	6,21	91,57	321,39	94,17	6,89	**70,00**

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.

Согласовано:
Директор школы:
Р.И.Сеитов

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2021

Завтрак СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Морковь отварная с растительным маслом	20	0,28	1,22	1,5	18,38	0,01	1,09	434	0,61	5,97	11,96	8,25	0,15	
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,1	0,62	312,99	1,78	289,1	338,60	27,66	2,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	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		27,81	25,32	56,94	570,06	0,37	2,31	746,99	3,44	428,37	396,1	59,71	4,71	**60,00**

Начальник ОДДП Исламова Н.А.