

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

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

## Школьное меню для организации питания обучающихся

09 декабря 2021

## 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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/10	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 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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
<b>Итого</b>		<b>34,99</b>	<b>23,88</b>	<b>77,70</b>	<b>679,93</b>	<b>0,15</b>	<b>8,18</b>	<b>120,72</b>	<b>1,68</b>	<b>477,30</b>	<b>370,1</b>	<b>64,86</b>	<b>4,08</b>	<b>126,52</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	
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	260/10	4,88	7,48	9,98	127,4	0,06	19,87			42,32		27,49	1,55	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
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	142,98	4,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,08	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Пряники	45	2,66	2,12	35,75	164,7	0,04				4,95		4,05	0,36	
<b>Итого</b>		<b>34,16</b>	<b>39,55</b>	<b>171,22</b>	<b>1094,69</b>	<b>0,71</b>	<b>27,49</b>	<b>109</b>	<b>3,25</b>	<b>111,63</b>	<b>399,77</b>	<b>216,10</b>	<b>12,63</b>	<b>133,32</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 декабря 2021

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
<b>Итого</b>		<b>31,68</b>	<b>20,00</b>	<b>59,37</b>	<b>548,95</b>	<b>0,21</b>	<b>0,78</b>	<b>120,58</b>	<b>2,07</b>	<b>343,80</b>	<b>380,6</b>	<b>43,72</b>	<b>1,78</b>	<b>65,00</b>

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	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" с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	185,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
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	
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>22,83</b>	<b>24,46</b>	<b>74,98</b>	<b>610,00</b>	<b>0,50</b>	<b>23,49</b>	<b>325</b>	<b>4,73</b>	<b>84,16</b>	<b>336,22</b>	<b>132,73</b>	<b>6,74</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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



Школьное меню для организации питания обучающихся  
 09 декабря 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/10	25,77	9,69	27,26	303,95	0,07	0,71	51,78	1,33	233,1	291,55	32,62	0,56	
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	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		32,28	13,97	77,57	578,83	0,15	8,11	51,92	1,54	374,90	307,1	59,36	3,99	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	260/10	4,88	7,48	9,98	127,4	0,06	19,87			42,32		27,49	1,55	
Котлеты "Нежные" с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	195,03	0,06	3,62	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,63	252,96	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	143,0	5,78	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	18,5	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	
		30,52	28,23	117,27	837,99	0,65	23,49	109	3,05	92,68	385,77	204,05	10,43	
<b>Итого за рацион</b>														<b>208,21</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

