



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

**Школьное меню для организации питания обучающихся**

21 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	
Тефтели из говядины с томатным соусом	70/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,66	1,57	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96	0,31		23,93	0,52	18,42	214,27	142,98	4,82	
Масло сливочное 10	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	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,03				5,7		3,9	0,36	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,5			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>28,81</b>	<b>29,66</b>	<b>89,42</b>	<b>743,22</b>	<b>0,42</b>	<b>5,67</b>	<b>107,72</b>	<b>1,13</b>	<b>254,49</b>	<b>387,2</b>	<b>182,08</b>	<b>7,01</b>	<b>105,24</b>

**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	
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,6	1,06	
Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/25	10,75	12,56	14,92	215,67	0,07	1,9			23,28		18,70	1,72	
Жаркое по-домашнему	160	10,08	12,34	18,83	226,94	0,16	23,64	10,7	2,7	21,2	147,64	36,64	2,24	
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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Печенье	3 шт	1,87	2,49	15,33	91,08	0,02				9		3,3	0,22	
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	
<b>Итого</b>		<b>30,08</b>	<b>33,82</b>	<b>122,60</b>	<b>917,46</b>	<b>0,57</b>	<b>49,47</b>	<b>20</b>	<b>6,36</b>	<b>126,92</b>	<b>263,05</b>	<b>108,28</b>	<b>10,82</b>	<b>112,04</b>

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся  
 21 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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Тефтели из говядины с томатным соусом	70/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,66	1,57	
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	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,03				5,7		3,9	0,36	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
		26,10	19,75	89,29	642,12	0,42	5,60	38,92	0,99	162,09	324,2	176,58	6,92	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,6	1,06	
Суп-лапша домашняя с мясом	250/25	10,75	12,56	14,92	215,67	0,07	1,9			23,28		18,70	1,72	
Жаркое домашнему	150	10,08	12,34	18,83	225,94	0,16	23,64	10,7	2,7	21,2	147,64	36,64	2,24	
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	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Печенье	3 шт	1,87	2,49	15,33	91,08	0,02				9		3,3	0,22	
		29,58	33,32	110,35	858,71	0,53	36,97	14	6,11	106,92	249,30	97,03	8,07	
<b>Итого за рацион</b>													<b>186,93</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

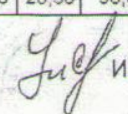
21 сентября 2021

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Тефтели из говядины с томатным соусом	70/40	9,8	10,06	6,27	154,88	0,05	2,2	14,85	0,36	15,87	108,34	14,86	1,57	
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	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>24,44</b>	<b>19,54</b>	<b>78,08</b>	<b>587,74</b>	<b>0,49</b>	<b>2,80</b>	<b>38,78</b>	<b>1,43</b>	<b>159,59</b>	<b>342,1</b>	<b>176,04</b>	<b>7,27</b>	<b>65,00</b>

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

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	
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,87	8,42	10,97	126,99	0,02	12,47	2,49	3,78	49,82	53,79	27,65	1,77	
Суп-лапша	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,5	200	2,26	7,64	11,4	5,31	0,48	
Жаркое домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88	0,18	26,46	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55	
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	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>21,16</b>	<b>28,58</b>	<b>96,85</b>	<b>728,87</b>	<b>0,48</b>	<b>44,43</b>	<b>216</b>	<b>10,08</b>	<b>102,89</b>	<b>296,16</b>	<b>94,71</b>	<b>7,38</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

