



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



Школьное меню для организации питания обучающихся

30 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	Ca	P	Mg	Fe	
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,06	3,24	165,03	0,06	3,82	85,5	1,47	16,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	170	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,15	103,79	35,71	1,36	
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	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7		3,9	0,36	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		17,76	20,96	67,11	533,94	0,31	49,11	128,01	1,97	106,60	234,6	70,73	6,48	115,37

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	Ca	P	Mg	Fe	
Свекольник со сметаной	250/10	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	18,34	212,24	1,98	52,13	77,50	35,4	1,82	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
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	143,0	4,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	20,26	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,6	1,2	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		24,11	16,67	131,98	803,52	0,78	36,34	304	5,48	119,68	395,62	218,42	12,46	115,37

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





**Школьное меню для организации питания обучающихся
30 декабря 2021 г.**

Прим. 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 ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	186,03	0,06	3,62	85,5	1,47	18,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	130	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
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	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,6	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		18,57	20,87	85,85	616,45	0,32	51,39	126,05	2,16	117,02	242,4	78,51	9,20	
Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет														
Свекольник с мясом и сметаной	250/10/10	5,4	8,32	16,44	162,78	0,09	17,24	217,17	2,01	50,13	95,08	34,7	1,97	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,23	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130/4	9,04	5,98	40,83	252,98	0,31		23,93	0,62	18,42	214,27	142,98	4,82	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	16,4	88	0,16			0,68	11,8	52	16,8	1,2	
		26,29	22,35	129,11	622,19	1,02	39,34	301	5,21	93,36	396,70	204,22	9,27	
Итого за рацион														233,92

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся

30 декабря 2021 г

Премии лиц, 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)														
Котлеты "Нежные" мясные с томатным соусом	70/40	11,36	14,08	3,24	165,03	0,06	3,62	65,6	1,47	18,64	113	16,78	1,39	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,48	1,28	
Чай с сахаром	200			8,98	36,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	6	26	5,6	1	
Итого		17,86	19,69	57,32	476,97	0,36	29,59	118,41	2,25	78,52	236,33	55,87	3,70	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Свекольник со сметаной	250/5	2,74	5,79	18,31	136,91	0,09	19,36	217,59	1,99	56,63	60,55	35,65	1,93	
Биточки рыбные с томатным соусом	70/40	5,05	7,2	5,19	106,45	0,01	2,00	60,0	1,22	4,28	6,10	3,44	0,15	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/10	10,66	10,08	49,06	330,06	0,37		46,71	0,79	22,85	258,39	171,6	5,78	
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	
Хлеб ржано-пшеничный	30	3,2	0,4	19,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		24,91	23,78	117,65	781,60	0,73	24,16	324	5,14	104,31	419,08	232,73	8,79	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

