



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа



И.П. Крутай

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты, наименование	Масса, порции н. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (м.г.)	Е	Са	Р	Мg	Ке	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом ; 58,1	134	3,35	3,37	34,68	182,28	0,04		18,00	0,23	9,86	71,40	23,71	0,52	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		15,27	11,09	73,24	447,04	0,37		237,30	0,23	139,18	190,98	67,27	1,79	90,31
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,38	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,35	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		26,98	27,60	93,68	728,92	0,44		262,26		66,25	267,17	55,57	4,21	101,13

Начальник ОДП  Исмаилов Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЛД-СО-Уфа



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Приспособленность обучающихся	Максимальная порция (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Целлюлоза
		Б	Ж	У		В1	С	А (РЭ)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак ОБЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рыба жирная с овощами; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом; 58,1	134	3,35	3,37	34,68	182,28	0,04		18,00	0,23	9,86	71,40	23,71	0,52	
Чай витаминизированный; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		15,27	11,09	73,24	447,04	0,37		237,30	0,23	159,18	190,98	67,27	1,79	
Обед ОБЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,04	205	1,54	4,97	10,13	91,79	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,43	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		27,42	28,04	110,95	803,72	0,47		267,76		83,85	279,27	65,47	6,63	190,59

Начальник ОДП: Истинский И.А.



Щебенное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты питания, наименование, количество	Масса продукта (г)	Показатели энергетической ценности (ккал)			Жиры (г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цинк
		В	Ж	У		В1	С	А (ретинол)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и смешанной ; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,35	14,99	1,00	
Мансарные наливки отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30				0,03
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27	35	2,80	0,35	19,23	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоно ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		27,42	28,04	110,95	803,72	0,47		267,76		83,85	279,27	65,47	6,63	
полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Плюшка мясная ; 433,11	100	8,67	6,69	58,38	328,52	0,13	0,09	41,02	1,36	29,75	78,71	13,54	1,06	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Творог детский фасованный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			361,11		277,78	1,99	
Итого		72,16	70,18	157,47	491,08	0,88	12,00	41,02	1,36	390,86	78,71	291,32	3,05	190,59

Наставник ООДП Ишанова И.А.



Щебенное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты питания (наименование блюда)	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цель
		Б	Ж	У		В1	С	А (МЕ)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04		206,58		18,56	30,69	14,42	0,52	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,39	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,50					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		26,58	27,55	90,93	715,92	0,42		262,26		65,25	263,92	54,87	4,08	78,02
Полдник (родительская плата)														
Плошка молочная ; 433,1	50	6,31	3,34	29,14	163,71	0,07		20,51		14,87	39,31	6,76	0,33	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Творог детский фасованный ; 833	30	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			361,11		277,78	1,99	
Итого		67,80	66,83	128,41	326,77	0,67	11,91	20,51		376,28	39,31	284,54	2,55	45,00

Наименование СООП: *И.И.И.* Исполнитель: И.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДН И О.г. Уфа

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты, количество (кг)	Масса порции (гр)	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак 12-18 лет СВО, ММС														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис овсяной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	0,27	11,41	82,50	27,35	0,60	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		17,89	12,80	78,32	500,17	0,39		314,89	0,27	169,17	235,27	79,34	2,02	92,43
Обед 12-18 лет СВО, ММС														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Гуляш из мяса телятины (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Маняронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		26,79	28,44	95,89	744,67	0,45		312,57	0,89	69,83	278,87	58,95	4,27	104,05

Начальник ОДП  Исаева И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример меню, наименование и количество	Масса порции (гр.)	Пищевые волокна (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цель
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Б	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата,) З-СОП														
Рыба замороженная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис отварной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	0,27	11,41	82,50	27,35	0,60	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Исключительный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		17,89	12,80	78,32	500,17	0,39		314,89	0,27	169,17	235,27	79,34	2,02	81,36
Обед 12-18 лет (родительская плата,) О-СОП														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,50	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		26,79	28,44	95,89	744,67	0,45		312,57	0,89	69,83	278,87	58,95	4,27	93,10

Начальник ОДП Исаева Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукт питания, наименование блюда	Масса продукта н. (гр.)	Пищевые показатели (г)			Энергетическая ценность (ккал/100г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	3,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Рис отварной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	0,27	11,41	82,50	27,35	0,60	
Чай витамицизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		17,89	12,80	78,32	500,17	0,39		314,89	0,27	169,17	235,27	79,34	2,02	
Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,50	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		25,79	28,44	95,89	744,67	0,45		312,57	0,89	69,83	278,87	58,95	4,27	196,31

Наставник ОБЗП

Исламова Н.А.



Щемяное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты питания, наименование, код ВЕД	Масса порции (гр.)	Пищевые волокна (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цинк
		Б	Ж	У		В1	С	А (ретинол)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	30,22	9,25	0,94	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,30	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		26,79	28,44	95,89	744,67	0,45		312,57	0,89	69,83	278,87	58,95	4,27	
полдник ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (2 СМЕНА)														
Площина московская ; 433,11	100	8,67	6,69	58,38	328,52	0,13	0,09	41,02	1,36	29,75	78,71	13,54	1,06	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Творог детский фасольный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			3361,11		277,78	1,99	
Итого		72,16	70,18	157,47	491,08	0,88	12,00	41,02	1,36	3390,86	78,71	291,32	3,05	196,31

Начальник ОДПТ  Ионина И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (безглютен) 7-11 лет														
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом ; 58,1	134	3,35	3,37	34,68	182,28	0,04		18,00	0,23	9,86	71,40	23,71	0,52	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		12,95	12,20	72,16	443,76	0,27		237,30	0,80	155,11	171,51	63,28	1,06	90,31
Обед (безглютен) 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04		206,58		18,56	50,69	14,42	0,52	
Мясо птицы отварное (филе индейки) ; 108,78	35	9,34	10,54		132,20	0,02		4,79	0,14	7,81	95,80	9,22	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен); 211,34	123	2,73	3,75	33,05	177,75					3,68		0,22	0,03	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		13,69	20,67	68,60	516,36	0,06		211,37	0,71	32,28	146,52	24,07	1,29	101,13

Начальник ОДДП  Исlyмова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (безглютенный) 12-18 лет														
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	0,27	11,41	82,50	27,35	0,60	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		13,47	13,00	77,69	474,85	0,12		241,80	0,84	156,96	182,61	66,92	1,17	81,36
Обед (безглютенный) 12-18 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Мясо птицы отварное (филе индейки) ; 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	169,80	10,54	0,78	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен) ; 211,35	134	2,96	4,82	35,81	199,31				1,76	4,05	0,08	0,24	0,03	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		15,64	24,34	73,85	578,15	0,09		262,38	2,33	36,82	172,51	28,90	1,51	93,10

Нашлики ОДП Ислюева Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты, наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые волокна (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак (безмолочное) 7-11 лет														
Рыба отварная ; 620,01	40	7,82	1,35		43,61	0,05		4,92		21,15	118,09	27,15	0,41	
Рис отварной с растительным маслом ; 58,23	134	3,32	4,46	34,63	191,80	0,04			1,95	8,90	70,28	23,71	0,51	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		14,54	6,31	81,13	444,81	0,36	4,00	4,92	2,15	50,05	221,87	63,06	4,47	90,31
Обед (безмолочное) 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		26,73	28,45	10,70	803,52	0,47		239,91	2,99	78,25	274,82	65,02	6,61	101,13

Начальник ОДП *Л.А. К.* Исполнитель И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты питания, наименование, количество	Масса порции г. (гр.)	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал/100 г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (ретинол)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак (безмолочное) 12-18 лет														
Рыба отварная ; 620,01	40	7,82	1,35		43,61	0,05		4,92		21,15	118,09	27,15	0,41	
Рис отварной с растительным маслом ; 58,24	155	3,83	5,54	39,96	224,77	0,04			2,42	10,21	81,10	27,35	0,59	
Чай витаминизированный ; 282,11	250			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		15,05	7,39	86,46	477,78	0,36	4,00	4,92	2,62	51,36	232,69	66,70	4,55	81,36
Обед (безмолочное) 12-18 лет														
Рассолтынок с перловой крупой (без сметаны); 54,07	250	1,76	5,28	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		27,24	29,22	113,37	828,64	0,45	4,00	284,72	3,19	77,20	285,38	65,91	6,99	93,10

Начальник ООДП  Исаева И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции к. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (фенилкетонурия) 7-11 лет														
Оладьи из безбелковой смеси ; 667,24	140	1,03	1,52	56,15	261,46		0,05		0,44	2,21	0,92	0,74	0,14	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		1,56	3,90	103,29	473,82	0,18	0,05	5,50	1,23	22,13	13,06	10,87	2,59	
Обед (фенилкетонурия) 7-11 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом ; 25,51	60	0,86	3,65	5,07	56,56	0,01		1,15		23,52	24,84	12,80	0,82	
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами (без сметаны) ; 65,03	200	1,06	1,47	9,23	54,52	0,04	4,71	153,99	0,11	11,23	28,51	11,65	0,37	
Каша низкобелковая с растительным маслом ; 666,48	150		5,00		44,95				2,20		0,10			
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		3,01	12,26	64,55	386,09	0,07	8,71	155,14	3,30	51,37	67,49	32,68	4,05	190,59

Начальник ОДП *Исламова И.А.* Исламова И.А.

СОГЛАСОВАНО


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦИДП ГО г.Уфа

И.П. Круликов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция н. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (Фенилкетонурия) 12-18 лет														
Оладьи из безбелковой смеси ; 667,24	140	1,03	1,52	56,15	261,46		0,05		0,44	2,21	0,92	0,74	0,14	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		1,56	3,90	103,47	474,32	0,03	0,05	5,50	1,23	22,43	13,06	10,87	2,62	
Обед (Фенилкетонурия) 12-18 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом ; 25,49	100	1,44	6,09	8,45	94,26	0,02		1,92		39,20	41,40	21,34	1,37	
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами (без сметаны) ; 65,07	250	1,60	2,78	13,43	85,38	0,05		203,78		15,00	39,21	16,41	0,52	
Каша из безбелковой смеси с растительным маслом ; 666,47	175		5,00		44,95				2,20		0,10			
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		4,13	16,01	72,13	454,65	0,09	4,00	205,70	3,19	70,82	94,75	45,98	4,75	196,31

Начальник ОДП  Исмаилова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЛ ГО г.Уфа



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Продукты питания, количество (кг) и цена	Масса продукта в (гр.)	Пищевые показатели (г)			Энергетическая ценность (ккал/100г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Рыба замороженная с костями : 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Каша кукурузная вареная с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		15,51	11,86	51,91	370,79	0,26	0,60	255,92	0,35	164,72	187,23	64,98	2,61	
Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04		206,58		18,56	30,69	14,42	0,52	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		24,62	27,69	81,72	672,82	0,35		267,76		76,35	256,52	60,57	5,72	190,59

Начальник ОДП  Исаева НА.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Примеры блюд, наименование блюда	Масса порции н. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Рыба запеченная с овощами ; 591,12	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02	155	3,59	4,14	30,45	173,43	0,06		36,62	0,35	12,70	48,15	13,02	1,19	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		17,61	12,77	51,64	393,33	0,28	0,60	329,01	0,35	173,16	220,42	73,41	2,76	
Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Филе грудки отварное (на суп); 108,02	25	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03		12,60		6,57	51,56	6,36	0,44	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦВ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
Чай (б/сах) ; 282,08	200													
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		30,31	33,22	69,70	696,89	0,38		325,17	0,89	70,10	310,93	61,11	3,93	196,31

Начальник ОДП

Ислюмова И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (безглютеновое)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	0,27	11,41	82,50	27,35	0,60	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		13,47	13,00	77,69	474,85	0,12		241,80	0,84	156,96	182,61	66,92	1,17	
обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (безглютеновое)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05	255	1,89	6,03	12,64	112,70	0,06		256,89		22,11	62,60	17,91	0,65	
Мясо птицы отварное (филе индейки) ; 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен) ; 211,35	134	2,96	4,82	35,81	199,31				1,76	4,05	0,08	0,24	0,03	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		15,64	24,34	73,85	578,15	0,09		262,38	2,33	36,82	172,51	28,90	1,51	196,31


Начальник ОДП *И.И.К.* Исламова И.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (строгое 7-11)														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Рис отварной с растительным маслом; 58,23	134	3,32	4,46	34,63	191,80	0,04			1,95	8,90	70,28	23,71	0,51	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		14,55	18,39	67,32	492,84	0,10		10,99	2,52	36,86	192,21	44,36	3,73	90,31
Обед (строгое 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,78	35	9,34	10,54		132,20	0,02		4,79	0,14	7,81	95,80	9,22	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безлютеин); 211,34	123	2,73	3,75	33,05	177,75					3,68		0,22	0,03	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		13,56	19,92	58,44	468,35	0,06		206,02	0,71	27,58	143,47	23,62	1,25	101,13

Натальяк ОДП  Исламова И.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦСЦП ГО г.Уфе



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (строгое)														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Рис отварной с растительным маслом; 58,23	134	3,32	4,46	34,63	191,80	0,04			1,95	8,90	70,28	23,71	0,51	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		14,55	18,39	67,32	492,84	0,10		10,99	2,52	36,86	192,21	44,36	3,73	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (строгое)														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,54	200	1,41	4,22	9,97	83,68	0,04		201,23		14,16	47,64	13,97	0,51	
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,78	35	9,34	10,54		132,20	0,02		4,79	0,14	7,81	95,80	0,22	0,69	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен); 211,34	123	2,73	3,75	33,05	177,75					3,68		0,22	0,03	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		13,56	19,92	58,44	468,35	0,06		206,02	0,71	27,58	143,47	23,62	1,25	190,59

Начальник ОДП *Ислюмова Н.А.* Ислюмова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (строгое)														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Рис отварной с растительным маслом; 58,24	150	3,83	5,54	39,96	224,77	0,04			2,42	10,21	81,10	27,35	0,59	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,17	25	0,05	1,19	12,73	61,85				0,48	1,53	0,02	0,14	0,02	
Итого		14,59	18,81	52,69	438,14	0,07		5,49	2,90	20,17	190,92	38,03	1,39	
обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (строгое)														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,07	250	1,76	5,28	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безглютен); 211,36	150/5	3,41	5,94	41,32	233,43				2,20	4,42	0,10	0,26	0,03	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,19	40	0,09	1,94	20,07	98,16				0,79	2,32	0,04	0,23	0,03	
Итого		15,97	25,24	73,85	587,71	0,08		257,03	2,99	32,88	169,49	28,49	1,48	196,31

Начальник ОДП И.А. Исламова Исламова И.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции н. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак СВО 12-18 (строгое)														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безлютеи); 211,35	134	2,96	4,82	35,81	199,31				1,76	4,05	0,08	0,24	0,03	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,31	35	0,06	1,71	17,37	85,18					1,94	0,03	0,21	0,03	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		14,17	19,05	70,45	510,81	0,06		10,99	1,76	32,02	122,01	20,89	3,26	92,43

Начальник ОДП *Исмаилов Н.А.*

Исмаилов Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДШ ГО г.Уфа



И.П. Крутиев

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции н, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тичность в ккал (кДж)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед строгое (родительская плата) 12-18 лет														
Рассольник с перловой крупой (без сметаны); 54,07	250	1,76	5,28	12,46	104,60	0,05		251,54		17,71	59,55	17,46	0,64	
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом (безлютеи); 211,36	155	3,41	5,94	41,32	233,43				2,20	4,42	0,10	0,26	0,03	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,18	30	0,08	1,41	15,42	74,72				0,57	1,93	0,03	0,21	0,02	
Итого		15,96	24,71	69,20	564,27	0,08		257,03	2,77	32,49	169,48	28,47	1,47	93,10

Наставник ОДП  Исламова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (строгое) 12-18 лет														
Мясо птицы отварное (филе индейки); 108,37	40	10,71	12,08		151,52	0,03		5,49		8,43	109,80	10,54	0,78	
Рис отварной с растительным маслом; 58,24	155	3,83	5,54	39,96	224,77	0,04			2,42	10,21	81,10	27,35	0,59	
Чай (б/сах); 282,08	200													
Хлеб из безбелковой смеси; 667,17	25	0,05	1,19	12,73	61,85				0,48	1,53	0,02	0,14	0,02	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		15,03	19,25	69,96	512,94	0,10		10,99	2,90	37,77	203,02	47,93	3,81	81,36

Начальник ОДОП

Исламова Н.А.