



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС, СВО                       |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(фило ЦБ); 233,97                                        | 60                          | 9,26                    | 12,31 | 2,27  | 156,43                                            | 0,05          |   |            |      | 11,40                        | 71,67  | 10,01 | 0,67 |       |
| Капша греченовая вязкая<br>с маслом ; 175,11                                    | 134                         | 4,13                    | 3,97  | 18,61 | 126,54                                            | 0,14          |   |            |      | 10,04                        | 98,05  | 65,15 | 2,21 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| Яблоко ; 38,85                                                                  | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |       |
| Итого                                                                           |                             | 16,23                   | 17,02 | 64,63 | 475,67                                            | 0,32          |   |            |      | 45,34                        | 201,32 | 89,26 | 6,08 | 71,09 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС, СВО                          |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,07                                                  | 160                         | 12,67                   | 17,62 | 31,04 | 332,96                                            | 0,09          |   |            | 4,35 | 18,68                        | 152,33 | 35,24 | 1,26 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,13                     | 45                          | 3,60                    | 0,45  | 20,70 | 99,00                                             | 0,18          |   |            | 0,77 | 13,05                        | 58,50  | 18,90 | 1,35 |       |
| Итого                                                                           |                             | 21,49                   | 23,48 | 94,06 | 671,31                                            | 0,72          |   |            | 5,72 | 80,61                        | 284,16 | 80,51 | 4,37 | 79,73 |

Начальник ОДЦП *Исмамова Н.А.* Исмамова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Обед 7-11 лет (родительская плата)                                              |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,07                                                  | 160                       | 12,67                   | 17,62 | 31,04 | 332,96                                            | 0,09          |   |            | 4,35 | 18,68                        | 152,33 | 35,24 | 1,26 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                       |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,13                     | 45                        | 3,60                    | 0,45  | 20,70 | 99,00                                             | 0,18          |   |            | 0,77 | 13,05                        | 58,50  | 18,90 | 1,35 |       |
| Итого                                                                           |                           | 21,49                   | 23,48 | 94,06 | 671,31                                            | 0,72          |   |            | 5,72 | 80,61                        | 284,16 | 80,51 | 4,37 | 79,73 |
| Полдник 7-11 лет (родительская плата)                                           |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Вак-беляш ; 453,52                                                              | 75                        | 8,08                    | 8,50  | 21,21 | 193,35                                            | 0,09          |   |            |      | 23,41                        | 79,91  | 14,90 | 0,88 |       |
| Компот из свежих<br>плодов; 294,28                                              | 200                       | 0,12                    | 0,12  | 14,69 | 60,30                                             | 0,01          |   |            |      | 5,10                         | 3,30   | 2,70  | 0,69 |       |
| Итого                                                                           |                           | 8,20                    | 8,62  | 35,90 | 253,65                                            | 0,10          |   |            |      | 28,51                        | 83,21  | 17,60 | 1,57 | 45,00 |
| Полдник СВО 7-11 лет (2 смена)                                                  |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Вак-беляш ; 453,55                                                              | 100                       | 10,77                   | 11,33 | 28,28 | 257,73                                            | 0,12          |   |            |      | 31,25                        | 106,53 | 19,87 | 1,17 |       |
| Компот из свежих<br>плодов; 294,28                                              | 200                       | 0,12                    | 0,12  | 14,69 | 60,30                                             | 0,01          |   |            |      | 5,10                         | 3,30   | 2,70  | 0,69 |       |
| Итого                                                                           |                           | 10,89                   | 11,45 | 42,97 | 318,03                                            | 0,13          |   |            |      | 36,35                        | 109,83 | 22,57 | 1,86 | 71,09 |

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                            |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ)*; 233,9                                 | 70                        | 10,81                   | 14,02 | 2,65  | 179,52                                            | 0,05          |   |            |      | 13,33                        | 83,62  | 11,68  | 0,78 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом; 175,39                                | 165                       | 5,08                    | 4,95  | 22,91 | 156,25                                            | 0,17          |   |            |      | 11,04                        | 120,70 | 80,11  | 2,70 |       |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                              | 8                         | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |        | 0,02 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                       |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |       |
| Итого                                                                    |                           | 18,79                   | 25,51 | 69,41 | 581,35                                            | 0,35          |   |            | 0,08 | 50,19                        | 238,32 | 105,89 | 6,70 | 83,02 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                               |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                            | 180                       | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                       |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |       |
| Итого                                                                    |                           | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,47                                            | 0,64          |   |            |      | 78,00                        | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 95,02 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|------|
|                                                              |                          | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |      |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                          |                          |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |      |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ)*; 233,9                     | 70                       | 10,81                   | 14,02 | 2,65  | 179,52                                            | 0,05          |   |            |      | 13,33                        | 83,62  | 11,68  | 0,78 |      |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом; 175,39                    | 165                      | 5,08                    | 4,95  | 22,91 | 156,25                                            | 0,17          |   |            |      | 11,04                        | 120,70 | 80,11  | 2,70 |      |
| Сыр (порциями);<br>27,02                                     | 15                       | 3,95                    | 3,99  |       | 52,50                                             |               |   |            | 0,06 | 150,00                       | 90,00  | 8,25   | 0,11 |      |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                  | 8                        | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |        | 0,02 |      |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                         | 200                      |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |      |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>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          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |      |
| Итого                                                        |                          | 22,74                   | 29,50 | 56,73 | 581,95                                            | 0,37          |   |            | 0,14 | 202,59                       | 347,82 | 122,54 | 6,93 |      |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                             |                          |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |      |
| Щи из свежей капусты<br>(без картофеля)<br>сах.диабет; 53,23 | 255                      | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                                             | 0,04          |   |            | 1,96 | 48,48                        | 44,33  | 20,67  | 0,70 |      |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                | 180                      | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |      |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                         | 200                      |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |      |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2     | 30                       | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |      |
| Итого                                                        |                          | 21,35                   | 28,32 | 57,48 | 569,18                                            | 0,27          |   |            | 1,96 | 79,60                        | 266,17 | 75,56  | 3,11 |      |

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса порции,<br>(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 СВО 12-18 лет                                           |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,9                            | 70                     | 9,39                 | 13,12 | 2,99  | 167,18                         | 0,05          |   |         |      | 12,82                     | 73,86  | 10,78  | 0,71 |        |
| Каша гречневая вязкая с маслом; 175,39                          | 165                    | 5,08                 | 4,95  | 22,91 | 156,25                         | 0,17          |   |         |      | 11,04                     | 120,70 | 80,11  | 2,70 |        |
| Масло сливочное ; 401,08                                        | 8                      | 0,06                 | 5,80  | 0,10  | 52,88                          |               |   |         | 0,08 | 1,92                      | 2,40   |        | 0,02 |        |
| 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                  | 110                    | 0,44                 | 0,44  | 17,27 | 74,80                          | 0,03          |   |         |      | 17,60                     | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                           |                        | 17,37                | 24,61 | 69,75 | 569,01                         | 0,35          |   |         | 0,08 | 49,68                     | 228,56 | 104,99 | 6,63 |        |
| Обед СВО 12-18 лет                                              |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты со сметаной; 53,08                         | 255                    | 2,02                 | 5,01  | 10,92 | 96,85                          | 0,06          |   |         |      | 40,88                     | 47,33  | 20,77  | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы; 131,03                                      | 180                    | 17,20                | 23,15 | 37,66 | 427,12                         | 0,11          |   |         |      | 22,42                     | 182,84 | 42,29  | 1,51 |        |
| Чай витаминизированный ; 282,15                                 | 200                    |                      |       | 9,40  | 38,50                          | 0,25          |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| 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                                                           |                        | 24,02                | 28,76 | 88,28 | 706,47                         | 0,64          |   |         |      | 78,00                     | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 171,36 |

Начальник ОДП

Ислюкова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУНЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед СВО 12-18 лет (2 смена)                                             |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                            | 180                       | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29 | 1,51 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                       |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                           | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,47                                            | 0,64          |   |            |      | 78,00                        | 288,67 | 79,86 | 3,92 |        |
| Полдник СВО 12-18 лет (2 смена)                                          |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Вак-беляш ; 453,55                                                       | 100                       | 10,77                   | 11,33 | 28,28 | 257,73                                            | 0,12          |   |            |      | 31,25                        | 106,53 | 19,87 | 1,17 |        |
| Компот из свежих<br>плодов; 294,28                                       | 200                       | 0,12                    | 0,12  | 14,69 | 60,30                                             | 0,01          |   |            |      | 5,10                         | 3,30   | 2,70  | 0,69 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                       | 1,00                    | 0,20  | 20,20 | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                           | 12,33                   | 12,09 | 80,44 | 484,83                                            | 0,18          |   |            | 0,20 | 67,95                        | 135,93 | 40,47 | 7,08 | 171,36 |

Начальник ОДП *Исмаилов Н.А.* Исмаилов Н.А.



Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                        | Б                       | Ж     | У     |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                       |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,97                                        | 60                     | 9,26                    | 12,31 | 2,27  | 156,43                               | 0,05          |   |            |      | 11,40                        | 71,67  | 10,01 | 0,67 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 175,11                                      | 134                    | 4,13                    | 3,97  | 18,61 | 126,54                               | 0,14          |   |            |      | 10,04                        | 98,05  | 65,15 | 2,21 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                    |                         |       | 9,98  | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                  | 110                    | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                           |                        | 16,23                   | 17,02 | 64,63 | 475,67                               | 0,32          |   |            |      | 45,34                        | 201,32 | 89,26 | 6,08 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                          |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                    | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,07                                                  | 160                    | 12,67                   | 17,62 | 31,04 | 332,96                               | 0,09          |   |            | 4,35 | 18,68                        | 152,33 | 35,24 | 1,26 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                    |                         |       | 9,40  | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,13                     | 45                     | 3,60                    | 0,45  | 20,70 | 99,00                                | 0,18          |   |            | 0,77 | 13,05                        | 58,50  | 18,90 | 1,35 |        |
| Итого                                                                           |                        | 21,49                   | 23,48 | 94,06 | 671,31                               | 0,72          |   |            | 5,72 | 80,61                        | 284,16 | 80,51 | 4,37 | 164,43 |

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

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

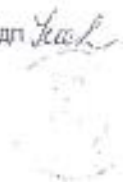


И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                                 |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                            | 180                         | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29 | 1,51 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                             | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,47                                            | 0,64          |   |            |      | 78,00                        | 288,67 | 79,86 | 3,92 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                              |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Вак-беляш ; 453,55                                                       | 100                         | 10,77                   | 11,33 | 28,28 | 257,73                                            | 0,12          |   |            |      | 31,25                        | 106,53 | 19,87 | 1,17 |        |
| Компот из свежих<br>плодов; 294,28                                       | 200                         | 0,12                    | 0,12  | 14,69 | 60,30                                             | 0,01          |   |            |      | 5,10                         | 3,30   | 2,70  | 0,69 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20 | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                             | 12,33                   | 12,09 | 80,44 | 484,83                                            | 0,18          |   |            | 0,20 | 67,95                        | 135,93 | 40,47 | 7,08 | 191,24 |

Начальник ОДП *Ислюмова Н.А.*

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа



И.П. Крутий

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

15 января 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                        | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)                                |                        |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ)*; 233,9                                 | 70                     | 10,81                   | 14,02 | 2,65  | 179,52                                            | 0,05          |   |            |      | 13,33                        | 83,62  | 11,68  | 0,78 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом; 175,39                                | 165                    | 5,08                    | 4,95  | 22,91 | 156,25                                            | 0,17          |   |            |      | 11,04                        | 120,70 | 80,11  | 2,70 |        |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                              | 8                      | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |        | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                    |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                    | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                        | 18,79                   | 25,51 | 69,41 | 581,35                                            | 0,35          |   |            | 0,08 | 50,19                        | 238,32 | 105,89 | 6,70 |        |
| Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)                                   |                        |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                    | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,85                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                            | 180                    | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                    |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                        | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,47                                            | 0,64          |   |            |      | 78,00                        | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 191,24 |

Начальник ОДП  Исмаилова Н.А.