

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа №125

А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

В.К. Смирнов

11 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции, (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 (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95	0,01		45,00		5,76	5,39	2,88	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 175,11	134	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65		10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
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	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		17,71	15,42	72,63	500,49	0,43	10,00	68,65		37,80	133,94	81,23	5,31	70,52
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Огурцы свежие ; 503,01	20	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01		0,60		3,40	6,00	2,80	0,10	
Суп картофельный с клецками ; 450,02	200	1,53	2,67	14,98	90,28	0,06		163,02		12,79	35,78	14,04	0,55	
Рыба запеченная с овощами ; 591,18	90	8,57	6,77	3,61	110,24	0,07		364,26		35,96	137,19	35,50	0,61	
Рис припущенный; 610	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,05	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания ; 421,13	45	3,60	0,45	20,70	99,00	0,18			0,77	13,05	58,50	18,90	1,35	
Итого		21,31	14,78	113,46	670,20	0,66	10,00	551,73	1,45	85,19	347,06	104,12	4,32	78,87

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 сентября 2023 г.

Прием пищи, : наименование блюда	Мас са пор ции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95	0,01		45,00		5,76	5,39	2,88	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 175,11	134	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65		10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
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	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		17,71	15,42	72,63	500,49	0,43	10,00	68,65		37,80	133,94	81,23	5,31	
Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Огурцы свежие ; 503,01	20	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01		0,60		3,40	6,00	2,80	0,10	
Суп картофельный с клецками ; 450,02	200	1,53	2,67	14,98	90,28	0,06		163,02		12,79	35,78	14,04	0,55	
Рыба запеченная с овощами ; 591,18	90	8,57	6,77	3,61	110,24	0,07		364,26		35,96	137,19	35,50	0,61	
Рис припущенный; ; 610	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	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			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		18,91	14,48	98,59	599,10	0,40		551,73	0,51	78,14	317,81	95,72	3,52	157,94

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа


СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ Школа № 125
А.М. Абдразаков

В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции, (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	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Огурцы свежие ; 503,01	20	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01		0,60		3,40	6,00	2,80	0,10	
Суп картофельный с клецками ; 450,02	200	1,53	2,67	14,98	90,28	0,06		163,02		12,79	35,78	14,04	0,55	
Рыба запеченная с овощами ; 591,18	90	8,57	6,77	3,61	110,24	0,07		364,26		35,96	137,19	35,50	0,61	
Рис припущенный; 610	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
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			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		18,91	14,48	98,59	599,10	0,40		551,73	0,51	78,14	317,81	95,72	3,52	
полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)														
Курник*; 453,14	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
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	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		12,09	13,33	73,38	467,05	0,33	21,57	28,27	3,64	61,43	138,11	37,88	6,23	157,94

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции, (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	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Огурцы свежие ; 503,01	20	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01		0,60		3,40	6,00	2,80	0,10	
Суп картофельный с клецками ; 450,02	200	1,53	2,67	14,98	90,28	0,06		163,02		12,79	35,78	14,04	0,55	
Рыба запеченная с овощами ; 591,18	90	8,57	6,77	3,61	110,24	0,07		364,26		35,96	137,19	35,50	0,61	
Рис припущенный; 610	150	3,87	4,42	39,34	212,48	0,04		23,85		10,99	80,34	26,58	0,58	
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			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		18,91	14,48	98,59	599,10	0,40		551,73	0,51	78,14	317,81	95,72	3,52	72,54
Полдник (родительская плата)														
Курник; 453,18	75	8,07	8,38	20,93	191,12	0,10	5,68			24,61		15,68	0,94	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Яблоко; 38	100	0,40	0,40	15,70	68,00	0,03		5,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого		8,47	8,78	46,61	299,02	0,13	5,68	5,00		40,91	11,00	24,68	3,17	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.