

СОГЛАСОВАНО

Старикова М.Т.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г. Уфа  
И.П. Крутиль

Школьное меню для организации питания обучающихся.

05 февраля 2025 г.

| Пример пищи,<br>наименование блюда   | Масса<br>порции.<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь (ккал) | Витамины (мг) |   |            |             | Минеральные вещества (мг) |               |              |             | Цена         |
|--|---------------------------|-------------------------|--------------|--------------|--|---------------|---|------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
|  |                           | Б                       | Ж            | У            |  | В1            | С | А<br>(мкг) | Е           | Са                        | Р             | Mg           | Fe          |              |
| <b>Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС, СВО</b>             |                           |                         |              |              |  |               |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Плов из мяса птицы;<br>131,01  | 150                       | 14,33                   | 19,29        | 31,36        | 356,62   | 0,09          |   |            |             | 18,68                     | 152,33        | 35,24        | 1,26        |              |
| Чай витаминизированный<br>; 282,15   | 200                       |                         |              | 9,40         | 38,50  | 0,25          |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для 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        |              |
| Яблоко ; 38,85   | 110                       | 0,44                    | 0,44         | 17,27        | 74,80  | 0,03          |   |            |             | 17,60                     | 12,10         | 9,90         | 2,42        |              |
| <b>Итого</b>   |                           | <b>17,97</b>            | <b>20,13</b> | <b>80,03</b> | <b>573,92</b>                                  | <b>0,51</b>   |   |            | <b>0,60</b> | <b>44,28</b>              | <b>190,43</b> | <b>50,74</b> | <b>4,68</b> | <b>71,09</b> |
| <b>Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС, СВО</b>                |                           |                         |              |              |  |               |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Рассольник с перловой<br>крупой и сметаной ; 54,04                           | 205                       | 1,54                    | 4,97         | 10,15        | 91,79  | 0,04          |   |            |             | 18,56                     | 50,69         | 14,42        | 0,52        |              |
| Котлеты, биточки мясные<br>с томатным соусом; 445,12                         | 90                        | 10,78                   | 10,75        | 12,12        | 188,95   |               |   |            |             | 5,76                      | 5,39          | 2,88         | 0,15        |              |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                          | 155                       | 6,34                    | 4,52         | 37,08        | 214,49   | 0,09          |   |            |             | 15,59                     | 47,18         | 8,66         | 0,88        |              |
| Чай витаминизированный<br>; 282,15   | 200                       |                         |              | 9,40         | 38,50  | 0,25          |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>1,29   | 30                        | 2,40                    | 0,30         | 16,50        | 78,00  | 0,10          |   |            |             | 6,00                      | 19,50         | 4,20         | 0,75        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания ; 1,2                           | 30                        | 2,40                    | 0,30         | 13,80        | 66,00  | 0,12          |   |            |             | 8,70                      | 39,00         | 12,60        | 0,90        |              |
| <b>Итого</b>   |                           | <b>23,46</b>            | <b>20,84</b> | <b>99,05</b> | <b>677,73</b>                                  | <b>0,60</b>   |   |            |             | <b>54,61</b>              | <b>161,76</b> | <b>42,76</b> | <b>3,20</b> | <b>79,73</b> |
| <b>Полдник СВО 7-11 лет (2 смена)</b>  |                           |                         |              |              |  |               |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Вак-беляш ; 453,55   | 100                       | 10,77                   | 11,33        | 28,28        | 257,73   | 0,12          |   |            |             | 31,25                     | 106,53        | 19,87        | 1,17        |              |
| Чай витаминизированный<br>; 282,15   | 200                       |                         |              | 9,40         | 38,50  | 0,25          |   |            |             |                           |               |              |             |              |
| Яблоко ; 38,85   | 110                       | 0,44                    | 0,44         | 17,27        | 74,80  | 0,03          |   |            |             | 17,60                     | 12,10         | 9,90         | 2,42        |              |
| <b>Итого</b>   |                           | <b>11,21</b>            | <b>11,77</b> | <b>54,95</b> | <b>371,03</b>                                  | <b>0,40</b>   |   |            |             | <b>48,85</b>              | <b>118,63</b> | <b>29,77</b> | <b>3,59</b> | <b>71,09</b> |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.