

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 октября 2023 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	
<b>Завтрак 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
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	
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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>14,83</b>	<b>16,74</b>	<b>61,03</b>	<b>454,42</b>	<b>0,34</b>		<b>362,76</b>	<b>0,10</b>	<b>92,25</b>	<b>260,06</b>	<b>74,60</b>	<b>2,72</b>	<b>78,20</b>
<b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
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	
<b>Итого</b>		<b>26,80</b>	<b>23,67</b>	<b>108,08</b>	<b>750,74</b>	<b>0,47</b>		<b>330,14</b>	<b>0,51</b>	<b>113,56</b>	<b>306,45</b>	<b>63,36</b>	<b>5,03</b>	<b>89,45</b>

Начальник ОДД 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.

27 октября 2023 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	
<b>Завтрак 12-18 лет СВО</b>														
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	
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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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	
<b>Итого</b>		<b>17,46</b>	<b>19,40</b>	<b>61,03</b>	<b>489,42</b>	<b>0,34</b>		<b>386,42</b>	<b>0,10</b>	<b>189,45</b>	<b>318,52</b>	<b>79,26</b>	<b>2,75</b>	<b>77,47</b>
<b>Обед 12-18 лет СВО</b>														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
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	
<b>Итого</b>		<b>26,80</b>	<b>23,67</b>	<b>108,08</b>	<b>750,74</b>	<b>0,47</b>		<b>330,14</b>	<b>0,51</b>	<b>113,56</b>	<b>306,45</b>	<b>63,36</b>	<b>5,03</b>	<b>88,61</b>

Начальник ОДД  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.

27 октября 2023 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	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )</b>														
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	
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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
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	
Итого		17,46	19,40	61,03	489,42	0,34		386,56	0,10	192,25	320,06	80,10	2,79	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )</b>														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
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		26,80	23,67	108,08	750,74	0,47		330,14	0,51	113,56	306,45	63,36	5,03	181,89

Начальник ОДД

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

*Наиз*

Школьное меню для организации питания обучающихся.

27 октября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (МКГ)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
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	
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
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		26,94	23,69	108,46	752,94	0,48		330,74	0,51	116,96	312,45	66,16	5,13	
<b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>														
Плюшка московская ; 433,11	100	8,67	6,69	58,38	328,12	0,13	0,09	41,02	1,36	29,75	78,71	13,54	1,06	
Чай с сахаром ; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Творог детский фасованный ; 833	50	63,49	63,49	89,29	123,16	0,60	11,91			2 361,11		277,78	1,99	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		72,64	70,66	176,49	572,78	0,77	12,00	47,02	1,36	2 410,36	91,91	302,12	5,72	181,89

Начальник ОДД *Исламова* 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.

27 октября 2023 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	
<b>Завтрак СОП 12-18 лет</b>														
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	
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	
Картофельное пюре*; 138,4	150	3,79	4,04	31,15	176,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Масло сливочное ; 401,08	8	0,06	5,80	0,10	52,88			36,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с молоком и сахаром; 283,05	200	1,45	1,60	12,33	69,90	0,02	0,65	11,00		60,30	45,00	7,00	0,08	
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	
<b>Итого</b>		<b>18,89</b>	<b>19,55</b>	<b>63,35</b>	<b>506,20</b>	<b>0,36</b>	<b>0,65</b>	<b>388,42</b>	<b>0,08</b>	<b>248,97</b>	<b>362,92</b>	<b>86,26</b>	<b>2,80</b>	<b>72,21</b>
<b>Обед СОП 12-18 лет</b>														
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	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом; 110,62	90	13,02	12,48	5,97	187,75	0,07		49,25		53,33	125,74	15,56	0,98	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02	185	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50		18,32	56,31	10,39	1,06	
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	
<b>Итого</b>		<b>26,68</b>	<b>23,55</b>	<b>103,37</b>	<b>730,34</b>	<b>0,46</b>		<b>328,64</b>	<b>0,51</b>	<b>108,76</b>	<b>303,15</b>	<b>60,66</b>	<b>4,37</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.

