

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 апреля 2024 г.

| Продукты, наименование, количество                              | 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,) З-СОП</b>            |                     |                      |              |              |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| 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 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 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        |              |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>17,69</b>         | <b>12,80</b> | <b>78,50</b> | <b>500,67</b>                  | <b>0,24</b>   |   | <b>314,89</b> | <b>0,27</b> | <b>169,47</b>             | <b>235,27</b> | <b>79,34</b> | <b>2,05</b> | <b>81,36</b> |
| <b>Обед 12-18 лет (родительская плата,) О-СОП</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        |              |
| Гуляш; 96,23  | 90                  | 12,37                | 14,17        | 3,53         | 191,12                         | 0,05          |   | 9,60          |             | 17,33                     | 129,45        | 17,82        | 1,95        |              |
| 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 ржанопшеничный 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>26,03</b>         | <b>25,24</b> | <b>90,93</b> | <b>733,71</b>                  | <b>0,44</b>   |   | <b>288,99</b> |             | <b>72,76</b>              | <b>306,86</b> | <b>62,92</b> | <b>5,34</b> | <b>93,10</b> |

Начальник ОДП

Иванова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО Р.Уфа

**СОГЛАСОВАНО**  
Директор МАОУ Школа № 125  
А.М. Абдразаков

И.П. Крутай

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 апреля 2024 г.

| Продукты питания (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, ММС</b>                               |                    |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |               |
| Рыба лещенная с соусом; 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 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        |               |
| Кисло-молочный продукт для детского питания; 476,01             | 100                | 3,20                 | 3,20         | 9,10          | 78,00                          | 0,03          |   |               |             | 119,00                    |               | 14,00        | 0,10        |               |
| <b>Итого</b>  |                    | <b>17,89</b>         | <b>12,80</b> | <b>78,50</b>  | <b>500,67</b>                  | <b>0,24</b>   |   | <b>314,89</b> | <b>0,27</b> | <b>169,47</b>             | <b>235,27</b> | <b>79,34</b> | <b>2,05</b> | <b>97,90</b>  |
| <b>Обед 12-18 лет СВО, 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        |               |
| Гуляш; 96,33  | 90                 | 12,37                | 14,17        | 3,53          | 191,12                         | 0,05          |   | 9,60          |             | 17,33                     | 129,45        | 17,82        | 1,95        |               |
| 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 ржанопшеничный для детского питания; 1,2                   | 30                 | 2,40                 | 0,30         | 13,89         | 66,00                          | 0,12          |   |               |             | 8,70                      | 39,00         | 12,60        | 0,90        |               |
| <b>Итого</b>  |                    | <b>26,03</b>         | <b>25,24</b> | <b>100,93</b> | <b>733,71</b>                  | <b>0,44</b>   |   | <b>288,99</b> |             | <b>72,76</b>              | <b>306,86</b> | <b>62,92</b> | <b>5,34</b> | <b>109,64</b> |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦШП ГО г. Уса

И.И. Круглий

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 апреля 2024 г.

| Пример меню,<br>наименование блюда                                       | Масса<br>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          |              |
| <b>Завтрак СОП 12-18 лет</b>   |                          |                         |              |               |                                      |               |   |               |             |                              |               |              |             |              |
| Рыба филе с<br>соевым соусом; 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;<br>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 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        |              |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания; 476,01                 | 100                      | 3,20                    | 3,20         | 9,10          | 78,00                                | 0,03          |   |               |             | 119,00                       |               | 14,00        | 0,10        |              |
| <b>Итого</b>   |                          | <b>17,89</b>            | <b>12,80</b> | <b>78,50</b>  | <b>500,67</b>                        | <b>0,24</b>   |   | <b>314,89</b> | <b>0,27</b> | <b>169,47</b>                | <b>235,27</b> | <b>79,34</b> | <b>2,05</b> | <b>81,36</b> |
| <b>Обед СОП 12-18 лет</b>  |                          |                         |              |               |                                      |               |   |               |             |                              |               |              |             |              |
| Рассольник с<br>перловой крупой и<br>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; 96,23   | 90                       | 12,37                   | 14,17        | 3,53          | 191,12                               | 0,05          |   | 9,60          |             | 17,33                        | 129,45        | 17,82        | 1,95        |              |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом;<br>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<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>ржаносенной<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        |              |
| <b>Итого</b>   |                          | <b>26,03</b>            | <b>25,24</b> | <b>100,93</b> | <b>733,71</b>                        | <b>0,44</b>   |   | <b>288,99</b> |             | <b>72,76</b>                 | <b>306,86</b> | <b>62,92</b> | <b>5,34</b> | <b>93,10</b> |

Начальник отдела: И.И. К.

Иванова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦПГО г.Уфа

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 125

А.М. Абдразаков

И.П. Крутой

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 апреля 2024 г.

| Прочие виды,<br>наименование блюда  | Масса порции<br>н. (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          |               |
| <b>Завтрак ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>                            |                          |                         |              |               |                                      |               |   |               |             |                              |               |              |             |               |
| Рыба запеченная с<br>соевыми: 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:<br>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 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        |               |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания: 476,01                    | 100                      | 3,20                    | 3,20         | 9,10          | 78,00                                | 0,03          |   |               |             | 119,00                       |               | 14,00        | 0,10        |               |
| <b>Итого</b>  |                          | <b>17,89</b>            | <b>12,80</b> | <b>78,50</b>  | <b>500,67</b>                        | <b>0,24</b>   |   | <b>314,89</b> | <b>0,27</b> | <b>169,47</b>                | <b>235,27</b> | <b>79,34</b> | <b>2,05</b> |               |
| <b>Обед ОБЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>                               |                          |                         |              |               |                                      |               |   |               |             |                              |               |              |             |               |
| Расолюбок с<br>перловой крупой и<br>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: 96,23  | 90                       | 12,37                   | 14,17        | 3,53          | 191,12                               | 0,05          |   | 9,60          |             | 17,33                        | 129,45        | 17,82        | 1,95        |               |
| Макаронные изделия<br>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<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>пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания: 1,2 | 30                       | 2,40                    | 0,30         | 13,80         | 66,00                                | 0,12          |   |               |             | 8,70                         | 39,00         | 12,60        | 0,90        |               |
| Печенье: 490,15   | 18                       | 1,53                    | 2,03         | 12,55         | 76,52                                | 0,02          |   | 12,96         |             | 7,38                         | 15,66         | 2,70         | 0,18        |               |
| <b>Итого</b>  |                          | <b>27,56</b>            | <b>27,27</b> | <b>113,48</b> | <b>810,23</b>                        | <b>0,46</b>   |   | <b>301,95</b> |             | <b>80,14</b>                 | <b>322,52</b> | <b>65,62</b> | <b>5,52</b> | <b>188,01</b> |

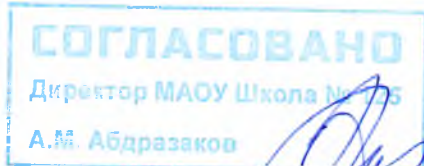
№ 2/2024-ОБЗ/10.2.2024 И.П. Крутой



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 апреля 2024 г.

| Пример блюда,<br>наименование блюда                               | Масса порции<br>н. (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   |        |
| <b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>                   |                          |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Работник с переломом руки 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 |        |
| Пудинг; 96,23   | 90                       | 12,37                   | 14,17 | 3,53   | 191,12                               | 0,05          |       | 9,60       |      | 17,33                        | 129,45 | 17,82  | 1,95 |        |
| Макаронные изделия отварные с салатом ; 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 (обогатенный 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 |        |
| 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   |                          | 26,47                   | 25,68 | 118,20 | 808,51                               | 0,47          |       | 294,49     |      | 90,36                        | 318,96 | 72,82  | 7,76 |        |
| <b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>                |                          |                         |       |        |                                      |               |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Пюре из овощей ; 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 витаминизированный ; 282,11                                   | 200                      |                         |       | 9,80   | 39,40                                | 0,15          |       |            |      |                              |        |        |      |        |
| Творог детский (полужирный) ; 833                                 | 50                       | 63,49                   | 63,49 | 34,29  | 123,16                               | 0,60          | 11,91 |            |      | 361,1                        |        | 277,78 | 1,99 |        |
| Итого   |                          | 72,16                   | 70,18 | 157,47 | 490,68                               | 0,88          | 12,00 | 41,02      | 1,36 | 390,86                       | 78,71  | 291,32 | 3,05 | 188,01 |

Наименование ЦДЦП: Школа № 75, Исполнитель: И.А.