

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ Школа № 5  
А.М. Абдразаков

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 ноября 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                  | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (квал) | 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>                 |                        |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,64                  | 100                    | 10,84                | 11,35        | 12,35         | 195,58                         | 0,01          |   | 60,00         |             | 7,45                      | 6,41          | 3,69         | 0,18        |              |
| Каша гречневая вязкая с маслом; 302,02                             | 154                    | 4,76                 | 4,14         | 21,46         | 141,94                         | 0,16          |   | 18,75         | 0,34        | 11,40                     | 112,95        | 75,18        | 2,54        |              |
| Чай витаминизированный; 282,11                                     | 200                    |                      |              | 9,80          | 39,40                          | 0,15          |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| 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; 38,01  | 120                    | 0,48                 | 0,48         | 18,84         | 81,60                          | 0,04          |   | 6,00          |             | 19,20                     | 13,20         | 10,80        | 2,64        |              |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>18,48</b>         | <b>16,27</b> | <b>78,95</b>  | <b>536,52</b>                  | <b>0,46</b>   |   | <b>84,75</b>  | <b>0,34</b> | <b>44,05</b>              | <b>152,06</b> | <b>93,87</b> | <b>6,11</b> | <b>78,20</b> |
| <b>Обед 12-18 лет (родительская плата, ММС)</b>                    |                        |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Суп каргофельный с клецками; 450,27                                | 250                    | 1,92                 | 3,37         | 12,64         | 88,78                          | 0,08          |   | 203,84        |             | 14,06                     | 44,75         | 17,44        | 0,68        |              |
| Рыба запеченная с овощами; 591,11                                  | 100                    | 10,44                | 6,07         | 3,61          | 111,45                         | 0,09          |   | 365,70        |             | 40,46                     | 165,35        | 41,92        | 0,70        |              |
| 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 витаминизированный; 282,11                                     | 200                    |                      |              | 9,80          | 39,40                          | 0,15          |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,02 | 40                     | 3,20                 | 0,40         | 22,00         | 104,00                         | 0,14          |   |               | 0,60        | 8,00                      | 26,00         | 5,60         | 1,00        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания; 421,11                  | 40                     | 3,20                 | 0,40         | 18,40         | 88,00                          | 0,16          |   |               | 0,68        | 11,60                     | 52,00         | 16,80        | 1,20        |              |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>25,73</b>         | <b>14,68</b> | <b>110,93</b> | <b>677,62</b>                  | <b>0,73</b>   |   | <b>592,04</b> | <b>1,28</b> | <b>92,44</b>              | <b>344,41</b> | <b>92,15</b> | <b>4,64</b> | <b>89,45</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 ноября 2023 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   |        |
| <b>Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>                    |                        |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,64                   | 100                    | 10,84                | 11,35 | 12,35  | 195,58                         | 0,01          |   | 60,00   |      | 7,45                      | 6,41   | 3,69  | 0,18 |        |
| Каша гречневая вязкая с маслом ; 302,02                             | 154                    | 4,76                 | 4,14  | 21,46  | 141,94                         | 0,16          |   | 18,75   | 0,34 | 11,40                     | 112,95 | 75,18 | 2,54 |        |
| Чай витаминизированный ; 282,11                                     | 200                    |                      |       | 9,80   | 39,40                          | 0,15          |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| 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 ; 38,01  | 120                    | 0,48                 | 0,48  | 18,84  | 81,60                          | 0,04          |   | 6,00    |      | 19,20                     | 13,20  | 10,80 | 2,64 |        |
| Итого   |                        | 18,48                | 16,27 | 78,95  | 536,52                         | 0,46          |   | 84,75   | 0,34 | 44,05                     | 152,06 | 93,87 | 6,11 |        |
| <b>Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)</b>                       |                        |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Суп картофельный с клецками ; 450,27                                | 250                    | 1,92                 | 3,37  | 12,64  | 88,78                          | 0,08          |   | 203,84  |      | 14,06                     | 44,75  | 17,44 | 0,68 |        |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,11                                  | 100                    | 10,44                | 6,07  | 3,61   | 111,45                         | 0,09          |   | 365,70  |      | 40,46                     | 165,35 | 41,92 | 0,70 |        |
| 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 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 ; 420,02 | 40                     | 3,20                 | 0,40  | 22,00  | 104,00                         | 0,14          |   |         | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11                  | 40                     | 3,20                 | 0,40  | 18,40  | 88,00                          | 0,16          |   |         | 0,68 | 11,60                     | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого   |                        | 25,73                | 14,68 | 111,11 | 678,12                         | 0,58          |   | 592,18  | 1,28 | 95,54                     | 345,95 | 92,99 | 4,71 | 181,89 |

Начальник ОДП

Исломов Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 ноября 2023 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          |               |
| <b>обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>                     |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |               |
| Суп картофельный с клецками ; 450,27                                | 250                    | 1,92                 | 3,37         | 12,64         | 88,78                          | 0,08          |              | 203,84        |             | 14,06                     | 44,75         | 17,44        | 0,68        |               |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,11                                  | 100                    | 10,44                | 6,07         | 3,61          | 111,45                         | 0,09          |              | 365,70        |             | 40,46                     | 165,35        | 41,92        | 0,70        |               |
| 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 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 ; 420,02 | 40                     | 3,20                 | 0,40         | 22,00         | 104,00                         | 0,14          |              |               | 0,60        | 8,00                      | 26,00         | 5,60         | 1,00        |               |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11                  | 40                     | 3,20                 | 0,40         | 18,40         | 88,00                          | 0,16          |              |               | 0,68        | 11,60                     | 52,00         | 16,80        | 1,20        |               |
| <b>Итого</b>  |                        | <b>25,73</b>         | <b>14,68</b> | <b>111,11</b> | <b>678,12</b>                  | <b>0,58</b>   |              | <b>592,18</b> | <b>1,28</b> | <b>95,54</b>              | <b>345,95</b> | <b>92,99</b> | <b>4,71</b> |               |
| <b>полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )</b>                  |                        |                      |              |               |                                |               |              |               |             |                           |               |              |             |               |
| 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                    |                      |              | 9,80          | 39,40                          | 0,15          |              |               |             |                           |               |              |             |               |
| 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 ; 38,01  | 120                    | 0,48                 | 0,48         | 18,84         | 81,60                          | 0,04          |              | 6,00          |             | 19,20                     | 13,20         | 10,80        | 2,64        |               |
| <b>Итого</b>  |                        | <b>12,17</b>         | <b>13,41</b> | <b>76,62</b>  | <b>481,05</b>                  | <b>0,34</b>   | <b>11,57</b> | <b>29,27</b>  | <b>3,64</b> | <b>64,63</b>              | <b>140,31</b> | <b>39,68</b> | <b>6,67</b> | <b>181,89</b> |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 ноября 2023 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          |              |
| <b>Завтрак 12-18 лет СВО</b>  |                           |                         |              |               |   |               |   |               |             |                              |               |              |             |              |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом; 445,64                         | 100                       | 10,84                   | 11,35        | 12,35         | 195,58  | 0,01          |   | 60,00         |             | 7,45                         | 6,41          | 3,69         | 0,18        |              |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 302,02                                      | 154                       | 4,76                    | 4,14         | 21,46         | 141,94  | 0,16          |   | 18,75         | 0,34        | 11,40                        | 112,95        | 75,18        | 2,54        |              |
| 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 ; 38,01  | 120                       | 0,48                    | 0,48         | 18,84         | 81,60   | 0,04          |   | 6,00          |             | 19,20                        | 13,20         | 10,80        | 2,64        |              |
| <b>Итого</b>  |                           | <b>18,48</b>            | <b>16,27</b> | <b>79,13</b>  | <b>537,02</b>                                     | <b>0,31</b>   |   | <b>84,75</b>  | <b>0,34</b> | <b>44,35</b>                 | <b>152,06</b> | <b>93,87</b> | <b>6,14</b> | <b>77,47</b> |
| <b>Обед 12-18 лет СВО</b>   |                           |                         |              |               |   |               |   |               |             |                              |               |              |             |              |
| Суп картофельный с<br>клецками ; 450,27   | 250                       | 1,92                    | 3,37         | 12,64         | 88,78   | 0,08          |   | 203,84        |             | 14,06                        | 44,75         | 17,44        | 0,68        |              |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,11   | 100                       | 10,44                   | 6,07         | 3,61          | 111,45  | 0,09          |   | 365,70        |             | 40,46                        | 165,35        | 41,92        | 0,70        |              |
| 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<br>витаминизированный<br>; 282,11   | 200                       |                         |              | 9,80          | 39,40   | 0,15          |   |               |             |                              |               |              |             |              |
| 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>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40         | 18,40         | 88,00   | 0,16          |   |               | 0,68        | 11,60                        | 52,00         | 16,80        | 1,20        |              |
| <b>Итого</b>  |                           | <b>25,73</b>            | <b>14,68</b> | <b>110,93</b> | <b>677,62</b>                                     | <b>0,73</b>   |   | <b>592,04</b> | <b>1,28</b> | <b>92,44</b>                 | <b>344,41</b> | <b>92,15</b> | <b>4,64</b> | <b>88,61</b> |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 ноября 2023 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          |              |
| <b>Завтрак СОП 12-18 лет</b>                                       |                        |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,64                  | 100                    | 10,84                | 11,35        | 12,35         | 195,58                         | 0,01          |   | 60,00         |             | 7,45                      | 6,41          | 3,69         | 0,18        |              |
| Каша гречневая вязкая с маслом; 302,02                             | 154                    | 4,76                 | 4,14         | 21,46         | 141,94                         | 0,16          |   | 18,75         | 0,34        | 11,40                     | 112,95        | 75,18        | 2,54        |              |
| Чай витаминизированный; 282,11                                     | 200                    |                      |              | 9,80          | 39,40                          | 0,15          |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,02 | 40                     | 3,20                 | 0,40         | 22,00         | 104,00                         | 0,14          |   |               | 0,60        | 8,00                      | 26,00         | 5,60         | 1,00        |              |
| <b>Итого</b>   |                        | <b>18,80</b>         | <b>15,89</b> | <b>65,61</b>  | <b>480,92</b>                  | <b>0,46</b>   |   | <b>78,75</b>  | <b>0,94</b> | <b>26,85</b>              | <b>145,36</b> | <b>84,47</b> | <b>3,72</b> | <b>72,21</b> |
| <b>Обед СОП 12-18 лет</b>  |                        |                      |              |               |                                |               |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| Суп картофельный с клецками; 450,27                                | 250                    | 1,92                 | 3,37         | 12,64         | 88,78                          | 0,08          |   | 203,84        |             | 14,06                     | 44,75         | 17,44        | 0,68        |              |
| Рыба запеченная с овощами; 591,11                                  | 100                    | 10,44                | 6,07         | 3,61          | 111,45                         | 0,09          |   | 365,70        |             | 40,46                     | 165,35        | 41,92        | 0,70        |              |
| 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 витаминизированный; 282,11                                     | 200                    |                      |              | 9,80          | 39,40                          | 0,15          |   |               |             |                           |               |              |             |              |
| 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>24,13</b>         | <b>14,48</b> | <b>100,83</b> | <b>629,62</b>                  | <b>0,65</b>   |   | <b>592,04</b> | <b>0,51</b> | <b>87,54</b>              | <b>324,91</b> | <b>86,55</b> | <b>4,09</b> | <b>82,54</b> |

Начальник ОДП Исламова Н.А.