



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа
 И.П. Крутой

Школьное меню для организации питания обучающихся.


25 октября 2024 г.

Продукты, количество (кг, л, шт)	Масса порции (гр.)	Пищевые волокна (г)			Жиры насыщенные (г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (УОА)	В	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (безмолочное) 7-11 лет														
Рыба отварная; 620,01	40	7,82	1,35		43,61	0,05		4,92		21,15	118,09	27,15	0,41	
Рис отварной с растительным маслом; 58,23	134	3,32	4,46	34,63	191,80	0,04			1,95	8,90	70,28	23,71	0,51	
Чай витаминизированный; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
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	
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	
Итого		14,54	6,31	80,73	443,91	0,46	4,00	4,92	2,15	50,05	221,87	63,06	4,47	90,31
Обед (безмолочное) 7-11 лет														
Свекольник (без сметаны, сахара и томат-пасты); 67,26	200	1,82	3,48	11,95	86,55	0,06		162,06		31,66	51,57	23,71	1,19	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с растительным маслом; 211,29	155	5,78	5,68	37,01	222,40	0,09			2,99	14,39	45,78	8,66	0,87	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржанно-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		27,14	27,71	12,68	806,39	0,49		200,74	2,99	95,75	278,75	74,76	7,29	101,13

Начальник ООДП *И.И. Исламова* И.И. Исламова И.А.


 СОВЛАСОВАНО
 Директор
 МАУ ЦДПТ
 Т. А. Р. Зуяева

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДПТ ГО г. Уфа


 И.П. Круганов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Пример 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	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
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 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	
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	
Итого		15,69	9,80	89,42	514,17	0,38	4,00	314,89	0,47	64,17	249,27	73,34	4,72	
Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Свекольник со сметаной ; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
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				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		27,37	27,51	100,23	756,01	0,47		267,35	0,89	91,99	284,63	71,75	5,15	196,31

Начальник ОДП:  Исламова И.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Примерный состав блюд	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кДж)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак 12-18 лет СВО, ММС														
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 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	
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	
Итого		15,69	9,80	89,42	514,17	0,38	4,00	314,89	0,47	64,17	249,27	73,34	4,72	92,43
Обед 12-18 лет СВО, ММС														
Свекольник со сметаной ; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
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				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		27,37	27,51	100,23	756,01	0,47		267,35	0,89	91,99	284,63	71,75	5,15	104,05

Начальник ОДП *И. Исламова* И.А.

Одобрено
(СОГЛАСОВАНО)
Директор
МАУ ЦДЛ ГО г.Уфа
И.П. Крутиц

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЛ ГО г.Уфа

И.П. Крутиц

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Пример питания, изменения в блюде	Масса порции г (гр)	Полезные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата,) З-СОП														
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 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	
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	
Итого		15,69	9,80	89,42	514,17	0,38	4,00	314,89	0,47	64,17	249,27	73,34	4,72	81,36
Обед 12-18 лет (родительская плата,) О-СОП														
Сваренный со сметаной ; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,20	4,35	39,55	222,33	0,10		22,50	0,89	16,62	50,22	9,25	0,94	
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				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		27,37	27,51	100,23	756,01	0,47		267,35	0,89	91,99	284,63	71,75	5,15	93,10

Начальник ОДП: Исламов И.А.

СОГЛАСОВАНО

 Директор

 МАУ ЦДЛПГО г.Уфа

 А.Р. Зрадова

УТВЕРЖДАЮ

 Директор МАУ ЦДЛПГО г.Уфа

 Н.П. Круглов

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Пример пищи, выполнительное блюдо	Масса порции, г. (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к. кал.)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цель
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом ; 58,1	134	3,35	3,37	34,68	182,28	0,04		18,00	0,23	9,86	71,40	23,71	0,52	
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	
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	
Итого		13,07	8,09	84,34	461,04	0,36	4,00	237,30	0,43	54,18	204,98	61,27	4,49	
Обед ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Свекольник со сметаной ; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	3,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
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		28,35	28,17	117,78	835,97	0,51		272,85		109,56	296,94	81,76	7,64	190,59

Начальник ОДП Исмаилов Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДП.ГО г.Уфа

 И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Присл. питии, наименование блюда	Масса порция (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Целлюлоза
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Сметанник со сметаной; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
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				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		27,51	27,68	97,76	748,17	0,46		267,35		90,96	281,59	71,16	5,09	78,02
Полдник (родительская плата)														
Плюшка московская; 433,1	50	4,31	3,34	29,14	163,71	0,07		20,51		14,87	39,31	6,76	0,53	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50		0,11	35,70	0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Итого		8,26	7,33	39,12	256,11	0,07	0,11	56,21	0,06	165,17	129,31	15,01	0,67	45,00

Начальник ОДП _____ Искренне И.А.


Согласовано
 Директор
 МАУ ЦДП ГО г. Уфа
 У.А.Р. Жафаров

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
 И.П. Крутай

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

Пример отбора пищевых продуктов	Масса, г (гр.)	Пищевые волокна (г)			Энергетическая ценность (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)														
Рыба запаренная с овощами; 591,19	60	6,32	4,22	3,16	69,36	0,05		219,30		24,32	100,08	25,36	0,42	
Рис отварной с маслом; 58,1	134	3,35	3,37	34,68	182,28	0,04		18,00	0,23	9,86	71,40	23,71	0,52	
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	
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	
Итого		13,07	8,09	84,34	461,04	0,36	4,00	237,30	0,43	54,18	204,98	61,27	4,49	90,31
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Свекольник со сметаной; 67,36	255	2,47	5,10	16,98	124,04	0,08		211,67		44,27	68,36	30,71	1,53	
Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98	90	13,90	17,46	3,42	225,74	0,07		33,18		16,10	107,55	14,99	1,00	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
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	
Итого		27,91	27,73	100,51	761,17	0,48		267,35		91,96	284,84	71,86	5,22	101,13

Начальник ОДП  Исламова Н.А.