

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 декабря 2025 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	Ca	Р	Mg	Fe	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет), ММС														
Киш с рыбой и рисом; 440,34	200	19,97	13,71	28,20	317,29	0,14				118,84	335,13	71,25	1,69	
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	
Мандарины; 140,5	80	0,64	0,16	6,00	30,40	0,05				28,00		8,80	0,08	
Итого		23,01	14,17	60,68	465,59	0,29				153,14	354,63	84,25	2,55	126,37
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет), ММС														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,08	200	2,18	2,53	13,20	84,58	0,09				12,08	56,12	29,47	1,03	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,25	90	9,40	10,38	7,74	162,42	0,01				2,41	5,26	2,59	0,12	
Картофельное пюре*; 138,54	150	3,85	4,39	24,90	154,65	0,17				43,74	97,69	33,82	1,26	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90					0,30			0,03	
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	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		22,27	18,54	113,49	708,35	0,60			1,28	95,73	249,17	98,18	7,06	135,01

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

[Signature]

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦПГО г.Уфа

[Signature]
Н.П. Крутой

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 ноября 2025 г.

Продукты вида, наименование, бренд	Масса порция, г (мл)	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак (гарниры: вегетарианские блюда 7-11 лет, ММС)															
Каша с рыбой и рисом, 140,3	200	9,97	1,7	24,20	317,29	0,14				118,84	133,13	71,23	1,89		
Чай с сахаром, 283	200		9,94	39,90						0,30			0,03		
Хлеб пшеничный, 283	30	2,40	0,30	16,30	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,74		
Макаронные изделия для детского питания, 140,3	30	0,84	0,30	0,70	70,00	0,05				28,00		8,80	0,08		
Итого:		13,21	2,24	41,60	465,29	0,29				152,14	152,63	84,23	2,95	118,37	
Обед (гарниры: вегетарианские блюда 7-11 лет, ММС)															
Суп овощной с картофельными крупами, 200	200	12,18	2,51	11,20	94,58	0,09				12,88	56,12	29,47	1,03		
Пюре из картофеля и моркови, 283	90	9,40	10,38	1,73	102,42	0,09				2,41	5,26	1,77	0,42		
Вареная курица, 140,3	130	1,89	0,29	12,60	152,68	0,17				43,74	97,89	31,82	1,20		
Чай с сахаром, 283	200		9,94	39,90						0,30			0,03		
Хлеб пшеничный, 283	30	2,40	0,30	16,30	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,74		
Итого:		25,87	21,42	21,73	325,68	0,45				64,93	178,28	77,26	3,42	164,51	
Ужин (гарниры: вегетарианские блюда 7-11 лет, ММС)															
Каша с рыбой и рисом, 140,3	200	9,97	1,7	24,20	317,29	0,14				118,84	133,13	71,23	1,89		
Чай с сахаром, 283	200		9,94	39,90						0,30			0,03		
Хлеб пшеничный, 283	30	2,40	0,30	16,30	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,74		
Итого:		12,37	2,24	40,40	395,29	0,24				125,14	152,63	79,63	2,66	118,37	



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

18 декабря 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (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,) , ММС														
Киш с рыбой и рисом; 440,35	220	21,97	15,08	31,02	349,01	0,16				130,73	368,64	78,38	1,86	
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	
Итого		24,77	15,43	60,25	479,91	0,28				138,03	391,39	83,28	2,77	83,02
Обед 12-18 лет (родительская плата,) , ММС														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,81	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01				3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре*; 138,54	150	3,85	4,39	24,90	154,65	0,17				43,74	97,69	33,82	1,26	
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		20,84	18,98	89,36	610,60	0,51				81,99	232,79	91,11	4,42	95,02

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

