

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

05 мая 2025 г.

| Прием пищи,<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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет              |                           |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Биточки мясные с томатным соусом; 445,12        | 90                        | 10,78                   | 10,75 | 12,12 | 188,95                               |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05   | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08 | 214,49                               | 0,09          |   |            |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                          | 10                        | 2,63                    | 2,66  |       | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                            | 200                       |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                           |                           | 22,15                   | 18,23 | 63,00 | 504,44                               | 0,21          |   |            |      | 130,05                       | 151,57 | 29,64 | 2,00 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                 |                           |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,04 | 205                       | 1,54                    | 4,97  | 10,15 | 91,79                                | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42 | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,18              | 90                        | 8,57                    | 6,77  | 3,61  | 110,24                               | 0,07          |   |            |      | 35,96                        | 137,19 | 35,50 | 0,61 |        |
| Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02         | 155                       | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                               | 0,06          |   |            | 0,35 | 12,70                        | 48,15  | 13,02 | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                            | 200                       |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                           |                           | 16,54                   | 16,62 | 75,28 | 516,26                               | 0,32          |   |            | 0,35 | 93,52                        | 287,13 | 85,44 | 5,64 | 164,43 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

  

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

05 мая 2025 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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет               |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,64 | 60/40                  | 10,84                | 11,35 | 12,35 | 195,58                         | 0,01          |   |         |      | 7,45                      | 6,41   | 3,69  | 0,18 |        |
| Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,02     | 185                    | 6,97                 | 4,44  | 44,48 | 245,99                         | 0,11          |   |         |      | 18,32                     | 56,31  | 10,39 | 1,06 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                            | 10                     | 2,63                 | 2,66  |       | 35,00                          |               |   |         |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                              | 200                    |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| 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                                             |                        | 22,84                | 18,75 | 70,63 | 542,57                         | 0,24          |   |         |      | 134,47                    | 161,72 | 32,18 | 2,21 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                  |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,05    | 255                    | 1,89                 | 6,03  | 12,64 | 112,70                         | 0,06          |   |         |      | 22,11                     | 62,60  | 17,91 | 0,65 |        |
| Мясо птицы отварное (на суп); 108,02              | 25                     | 5,92                 | 5,08  | 0,29  | 70,12                          | 0,03          |   |         |      | 6,57                      | 51,56  | 6,36  | 0,44 |        |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,18                | 90                     | 8,57                 | 6,77  | 3,61  | 110,24                         | 0,07          |   |         |      | 35,96                     | 137,19 | 35,50 | 0,61 |        |
| Каша кукурузная вязкая с маслом; 548,02           | 155                    | 3,59                 | 4,14  | 30,45 | 173,43                         | 0,06          |   |         | 0,35 | 12,70                     | 48,15  | 13,02 | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                              | 200                    |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| 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          |   |         |      | 17,60                     | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                             |                        | 22,81                | 22,76 | 78,06 | 607,29                         | 0,37          |   |         | 0,35 | 103,64                    | 350,60 | 95,29 | 6,21 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.