

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

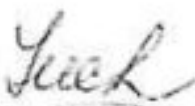
И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 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) 7-11 лет                              |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |   |                           |        |        |      |        |
| Мясо птицы, запеченное в яйце ; 440,32                          | 60                     | 12,86                | 13,45 | 0,68  | 174,56                         | 0,06          |   |         |   | 28,27                     | 114,76 | 12,48  | 1,05 |        |
| Каша гречневая вязкая с маслом ; 302                            | 155                    | 4,77                 | 4,86  | 21,48 | 148,55                         | 0,16          |   |         |   | 11,64                     | 113,25 | 75,18  | 2,55 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                | 80                     | 0,64                 | 0,16  | 6,00  | 30,40                          | 0,05          |   |         |   | 28,00                     |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03 | 100                    | 3,20                 | 3,20  | 4,50  | 62,00                          | 0,03          |   |         |   | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                           |                        | 23,87                | 21,97 | 46,46 | 481,51                         | 0,42          |   |         |   | 195,61                    | 267,01 | 123,06 | 4,68 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                 |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |   |                           |        |        |      |        |
| Суп с макаронными изделиями ; 66,09                             | 250                    | 3,27                 | 3,05  | 22,00 | 128,76                         | 0,12          |   |         |   | 18,88                     | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Плов из мяса птицы ; 131,02                                     | 160                    | 12,73                | 18,89 | 36,24 | 366,44                         | 0,09          |   |         |   | 18,90                     | 147,99 | 37,43  | 1,23 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                | 80                     | 0,64                 | 0,16  | 6,00  | 30,40                          | 0,05          |   |         |   | 28,00                     |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                           |                        | 19,04                | 22,40 | 78,04 | 591,60                         | 0,38          |   |         |   | 74,48                     | 250,54 | 83,10  | 3,22 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                        | Масса<br>порци<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге<br>-<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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                      |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы,<br>запеченное в яйце ;<br>440,36             | 80                         | 17,15                   | 17,94 | 0,90  | 232,75                                                | 0,08          |   |            |   | 37,69                        | 153,01 | 16,64  | 1,40 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом; 175,54                | 165                        | 5,14                    | 3,51  | 23,22 | 144,88                                                | 0,17          |   |            |   | 12,52                        | 121,89 | 81,42  | 2,76 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                        |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Итого                                                    |                            | 24,69                   | 21,75 | 37,92 | 443,63                                                | 0,37          |   |            |   | 58,91                        | 313,90 | 110,66 | 5,06 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                         |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями ; 66,09                   | 250                        | 3,27                    | 3,05  | 22,00 | 128,76                                                | 0,12          |   |            |   | 18,88                        | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                            | 180                        | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                                | 0,11          |   |            |   | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                        |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Итого                                                    |                            | 22,87                   | 26,50 | 73,46 | 621,88                                                | 0,35          |   |            |   | 50,00                        | 285,39 | 79,16  | 3,42 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 2025 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   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                  |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями ; 66,09                     | 250                       | 3,27                    | 3,05  | 22,00 | 128,76                                            | 0,12          |   |            |      | 18,88                        | 63,55  | 24,27 | 1,01 |        |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,02                             | 160                       | 12,73                   | 18,89 | 36,24 | 366,44                                            | 0,09          |   |            |      | 18,90                        | 147,99 | 37,43 | 1,23 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                       | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Мандарины; 140,5                                           | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80  | 0,08 |        |
| Итого                                                      |                           | 19,04                   | 22,40 | 78,04 | 591,60                                            | 0,38          |   |            |      | 74,48                        | 250,54 | 83,10 | 3,22 |        |
| Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)               |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Каша пшенная<br>молочная вязкая с<br>маслом (б/с) ; 470,52 | 155                       | 6,44                    | 7,17  | 28,39 | 204,50                                            | 0,19          |   |            |      | 100,67                       | 153,68 | 41,38 | 1,12 |        |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                | 8                         | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |       | 0,02 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                  | 10                        | 2,63                    | 2,66  |       | 35,00                                             |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                       | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                             | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                      |                           | 11,97                   | 16,37 | 59,56 | 433,18                                            | 0,34          |   |            | 0,08 | 228,89                       | 267,18 | 69,38 | 4,53 | 219,71 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                          | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге<br>-<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    | Ca                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                 |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями ; 66,09                     | 250                         | 3,27                    | 3,05  | 22,00 | 128,76                                                | 0,12          |   |            |      | 18,88                        | 63,55  | 24,27 | 1,01 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                              | 180                         | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                                | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29 | 1,51 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                       | 200                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Итого                                                      |                             | 22,87                   | 26,50 | 73,46 | 621,88                                                | 0,35          |   |            |      | 50,00                        | 285,39 | 79,16 | 3,42 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)              |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Каша пшенная<br>молочная вязкая с<br>маслом (б/с) ; 470,52 | 155                         | 6,44                    | 7,17  | 28,39 | 204,50                                                | 0,19          |   |            |      | 100,67                       | 153,68 | 41,38 | 1,12 |        |
| Масло сливочное ; 401                                      | 10                          | 0,08                    | 7,25  | 0,13  | 66,10                                                 |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Сыр (порциями);<br>27,02                                   | 15                          | 3,95                    | 3,99  |       | 52,50                                                 |               |   |            | 0,06 | 150,00                       | 90,00  | 8,25  | 0,11 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                       | 200                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                             | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                                 | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                      |                             | 13,31                   | 19,15 | 59,59 | 463,90                                                | 0,34          |   |            | 0,06 | 279,37                       | 297,78 | 72,13 | 4,57 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.