

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 марта 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) 7-11 лет                       |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>соусом; 445,12  | 90                         | 10,78                   | 10,75 | 12,12 | 188,95                                                |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05      | 155                        | 6,34                    | 4,52  | 37,08 | 214,49                                                | 0,09          |   |            |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| 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 |        |
| 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<br>перловой крупой и<br>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<br>овощами ; 591,18                    | 90                         | 8,57                    | 6,77  | 3,61  | 110,24                                                | 0,07          |   |            |      | 35,96                        | 137,19 | 35,50 | 0,61 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>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<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                                                    |                            | 16,54                   | 16,62 | 75,28 | 516,26                                                | 0,32          |   |            | 0,35 | 93,52                        | 287,13 | 85,44 | 5,64 | 164,43 |

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 марта 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                        | Масса<br>порции<br>и, (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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                      |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Котлеты, биточки<br>мясные с томатным<br>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<br>отварные с маслом ;<br>211,02      | 185                         | 6,97                    | 4,44  | 44,48 | 245,99                                            | 0,11          |   |            |      | 18,32                        | 56,31  | 10,39 | 1,06 |        |
| 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                    | 0,50  | 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<br>перловой крупой и<br>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<br>(на суп); 108,02                  | 25                          | 5,92                    | 5,03  | 0,23  | 70,12                                             | 0,03          |   |            |      | 6,57                         | 51,56  | 6,36  | 0,44 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,18                    | 90                          | 8,57                    | 6,77  | 3,61  | 110,24                                            | 0,07          |   |            |      | 35,96                        | 137,19 | 35,50 | 0,61 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>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<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                          | 2,40                    | 0,50  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Яблоко ; 38,85                                           | 110                         | 2,44                    | 0,74  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                    |                             | 22,81                   | 22,70 | 78,06 | 607,29                                            | 0,37          |   |            | 0,35 | 103,64                       | 350,60 | 95,29 | 6,21 | 191,24 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 марта 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                   | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена   |
|-----------------------------------------------------|------------------------|----------------------|-------|-------|-----------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                     |                        | Б                    | Ж     | У     |                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |        |
| <b>Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)</b>    |                        |                      |       |       |                                   |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| 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 |        |
| <b>Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)</b> |                        |                      |       |       |                                   |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Мясо птицы, припущенное в томатном соусе ; 233,54   | 70                     | 9,19                 | 11,62 | 2,10  | 149,40                            | 0,05          |   |            |      | 12,04                     | 80,83  | 12,07 | 0,76 |        |
| 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 |        |
| Компот из смеси сухофруктов (б/сах) ; 293,05        | 200                    | 0,44                 | 0,09  | 12,96 | 48,80                             |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| 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                                               |                        | 16,80                | 16,87 | 50,34 | 412,75                            | 0,33          |   |            |      | 32,38                     | 233,08 | 99,85 | 4,21 | 164,43 |

Начальник ОДДП *Исламова* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

24 марта 2025 г.

| Прием пищи,<br>Дата                                                                                                                                                                                                                   | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |         |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|-------|-------|-----------------------------------|---------------|---|---------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                                                                                                                                                                       |                        | Б                    | Ж     | У     |                                   | В1            | С | А (мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |        |
| <div>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ<br/>СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП<br/>Сертификат 163087394189883410712196312938131625200663305524<br/>Владелец Кабирова Оксана Валентиновна<br/>Действителен с 07.02.2025 по 07.02.2026</div> |                        |                      |       |       |                                   |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                                                                                                                                                                                            |                        |                      |       |       |                                   |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной сах.диабет ; 56,41                                                                                                                                                                        | 255                    | 1,80                 | 4,86  | 8,15  | 84,42                             | 0,04          |   |         | 1,97 | 46,03                     | 49,22  | 23,87 | 1,11 |        |
| Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98                                                                                                                                                                                                 | 90                     | 13,90                | 17,46 | 3,42  | 225,74                            | 0,07          |   |         |      | 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          |   |         | 0,89 | 16,62                     | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| 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                                                                                                                                                                                                                                 |                        | 24,74                | 27,41 | 82,19 | 673,29                            | 0,36          |   |         | 2,86 | 105,05                    | 258,09 | 70,61 | 6,37 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                                                                                                                                                                                         |                        |                      |       |       |                                   |               |   |         |      |                           |        |       |      |        |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом (б/сах) ; 181,26                                                                                                                                                                     | 155                    | 6,27                 | 8,07  | 23,98 | 194,21                            | 0,18          |   |         |      | 110,20                    | 177,24 | 53,18 | 1,29 |        |
| Сыр (порциями); 27,02                                                                                                                                                                                                                 | 15                     | 3,95                 | 3,99  |       | 52,50                             |               |   |         | 0,06 | 150,00                    | 90,00  | 8,25  | 0,11 |        |
| Чай с лимоном (б/сах); 284,1                                                                                                                                                                                                          | 200                    | 0,06                 | 0,01  | 0,21  | 2,38                              |               |   |         |      | 2,80                      | 1,54   | 0,84  | 0,04 |        |
| 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 |        |
| 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                                                                                                                                                                                                                                 |                        | 15,88                | 15,57 | 42,49 | 377,09                            | 0,33          |   |         | 0,06 | 390,70                    | 307,78 | 88,87 | 2,44 | 191,24 |

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.