

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 апреля 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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром ; 211,48            | 150                       | 8,32                    | 7,81  | 33,21 | 237,09                                            | 0,08          |   |            |      | 112,21                       | 102,69 | 13,13 | 0,85 |        |
| 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                                                    |                           | 11,16                   | 8,55  | 64,28 | 377,89                                            | 0,23          |   |            |      | 138,51                       | 153,79 | 35,63 | 4,17 |        |
| 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 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12           | 90                        | 10,78                   | 10,75 | 12,12 | 188,95                                            |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| 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 |        |
| Компот из свежих<br>плодов (б/сах) ; 294,09              | 200                       | 0,16                    | 0,16  | 3,92  | 18,80                                             | 0,01          |   |            | 0,08 | 6,40                         | 4,40   | 3,60  | 0,88 |        |
| 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                                                    |                           | 18,47                   | 20,32 | 70,44 | 538,97                                            | 0,23          |   |            | 0,43 | 52,12                        | 147,63 | 46,52 | 3,64 | 164,43 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 апреля 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   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром ; 211,61            | 170                       | 8,89                    | 8,77  | 37,67 | 265,97                                            | 0,09          |   |            |      | 126,65                       | 116,27 | 14,85 | 0,96 |        |
| 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                                                    |                           | 11,73                   | 9,51  | 68,74 | 406,77                                            | 0,24          |   |            |      | 152,95                       | 167,37 | 37,35 | 4,28 |        |
| 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                    | 5,08  | 0,29  | 70,12                                             | 0,03          |   |            |      | 6,57                         | 51,56  | 6,36  | 0,44 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64           | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69  | 0,18 |        |
| 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 |        |
| Компот из свежих<br>плодов (б/сах) ; 294,09              | 200                       | 0,16                    | 0,16  | 3,92  | 18,80                                             | 0,01          |   |            | 0,08 | 6,40                         | 4,40   | 3,60  | 0,88 |        |
| 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                                                    |                           | 24,80                   | 27,06 | 73,45 | 636,63                                            | 0,29          |   |            | 0,43 | 63,93                        | 212,12 | 57,18 | 4,24 | 191,24 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 апреля 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)                                  |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                             | 90                        | 10,78                   | 10,75 | 12,12 | 188,95                                            |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Каша овсяная<br>"Геркулес" молочная<br>вязкая с маслом<br>(б/сах) ; 181,26 | 155                       | 6,27                    | 8,07  | 23,98 | 194,21                                            | 0,18          |   |            |      | 110,20                       | 177,24 | 53,18 | 1,29 |        |
| Компот из свежих<br>плодов (б/сах) ; 294,09                                | 200                       | 0,16                    | 0,16  | 3,92  | 18,80                                             | 0,01          |   |            | 0,08 | 6,40                         | 4,40   | 3,60  | 0,88 |        |
| 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                                                                      |                           | 21,15                   | 24,25 | 63,97 | 559,75                                            | 0,35          |   |            | 0,08 | 149,62                       | 276,72 | 86,68 | 3,74 |        |
| Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                               |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром ; 211,49                              | 180                       | 9,38                    | 9,72  | 39,58 | 284,16                                            | 0,10          |   |            |      | 134,40                       | 123,12 | 15,67 | 1,01 |        |
| 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                                                                      |                           | 11,78                   | 10,02 | 53,38 | 350,16                                            | 0,22          |   |            |      | 143,10                       | 162,12 | 28,27 | 1,91 | 164,43 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 апреля 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) 12-18 лет (2 смена)               |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                    | 5,08  | 0,29  | 70,12                                             | 0,03          |   |            |      | 6,57                         | 51,56  | 6,36  | 0,44 |        |
| Биточки мясные с<br>томатом; 445,6                       | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69  | 0,18 |        |
| Макотварное; 211,41                                      |                           | 20                      | 4,35  | 39,55 | 222,33                                            | 0,10          |   |            | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| Компот из свежих<br>плодов (б/сах) ; 294,09              | 200                       | 0,16                    | 0,16  | 3,92  | 18,80                                             | 0,01          |   |            | 0,08 | 6,40                         | 4,40   | 3,60  | 0,88 |        |
| 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                                                    |                           | 27,41                   | 27,27 | 82,55 | 685,53                                            | 0,33          |   |            | 0,97 | 67,85                        | 214,19 | 53,41 | 3,99 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)            |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром; 211,5              | 200                       | 10,44                   | 10,15 | 44,17 | 310,68                                            | 0,11          |   |            |      | 148,64                       | 136,58 | 17,43 | 1,12 |        |
| 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                                                    |                           | 12,84                   | 10,45 | 57,97 | 376,68                                            | 0,23          |   |            |      | 157,34                       | 175,58 | 30,03 | 2,02 | 191,24 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.