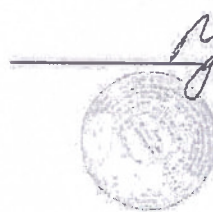


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДПГ ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2026 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                           |        | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                            |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы,<br>припущенное с<br>овощами ; 101,93                                | 90                        | 12,83                   | 15,66 | 5,38   | 213,29                                            | 0,07          |   |            |      | 18,94                        | 102,52 | 17,54  | 0,99 |       |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                                | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания;<br>420,05  | 45                        | 3,60                    | 0,45  | 24,75  | 117,00                                            | 0,15          |   |            | 0,68 | 9,00                         | 29,25  | 6,30   | 1,13 |       |
| Итого                                                                           |                           | 21,74                   | 19,69 | 65,75  | 529,27                                            | 0,39          |   |            | 0,68 | 43,76                        | 254,51 | 106,11 | 5,06 | 76,96 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                               |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| 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>130,02                                                   | 170                       | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 148,03 | 39,62  | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 24,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |       |
| Итого                                                                           |                           | 23,71                   | 20,21 | 111,39 | 720,70                                            | 0,52          |   |            | 1,28 | 58,34                        | 299,58 | 86,29  | 4,58 | 86,07 |

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



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДиГО г.Уфа

И.И. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 февраля 2026 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 12-18 лет (родительская плата), ММС                        |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы, припущенное с овощами ; 101,93                         | 90                        | 12,83                   | 15,66 | 5,38   | 213,29                               | 0,07          |   |            |      | 18,94                        | 107,52 | 17,54  | 0,99 |       |
| Каша гречневая вязкая с маслом ; 175,49                            | 180                       | 5,56                    | 5,07  | 25,07  | 167,95                               | 0,19          |   |            |      | 14,74                        | 137,02 | 87,89  | 2,98 |       |
| Чай витаминный с плодами шиповника; 283,19                         | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,05 | 45                        | 3,60                    | 0,45  | 24,75  | 117,00                               | 0,15          |   |            | 0,68 | 9,00                         | 29,25  | 6,30   | 1,13 |       |
| Итого                                                              |                           | 22,16                   | 21,25 | 67,60  | 552,34                               | 0,41          |   |            | 0,68 | 45,98                        | 260,64 | 112,58 | 5,28 | 89,47 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата), ММС                           |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп с макаронными изделиями ; 66,09                                | 250                       | 3,27                    | 3,05  | 22,00  | 128,76                               | 0,12          |   |            |      | 18,88                        | 60,55  | 24,27  | 1,01 |       |
| Плов из мяса птицы; 131,04                                         | 200                       | 19,10                   | 25,72 | 41,79  | 474,35                               | 0,12          |   |            |      | 24,89                        | 203,04 | 46,93  | 1,68 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                             | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| 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                         | 30,00  | 12,60  | 0,90 |       |
| Итого                                                              |                           | 27,17                   | 29,37 | 106,07 | 794,99                               | 0,46          |   |            |      | 58,83                        | 325,09 | 88,00  | 4,38 | 97,64 |

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

