

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 мая 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                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                            |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Омлет натуральный;<br>218,49                                                    | 80                        | 8,98                    | 9,57  | 1,63  | 128,74                                            | 0,06          |   |            |      | 68,69                        | 147,33 | 11,48  | 1,67 |       |
| Каша рисовая<br>молочная вязкая с<br>маслом; 181,99                             | 175                       | 5,11                    | 6,65  | 41,56 | 247,76                                            | 0,06          |   |            |      | 105,70                       | 130,47 | 30,13  | 0,50 |       |
| 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>420,05  | 45                        | 3,60                    | 0,45  | 24,75 | 117,00                                            | 0,15          |   |            | 0,68 | 9,00                         | 29,25  | 6,30   | 1,13 |       |
| Итого                                                                           |                           | 17,69                   | 16,67 | 79,92 | 541,38                                            | 0,27          |   |            | 0,68 | 183,75                       | 307,05 | 47,91  | 3,34 | 82,08 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                               |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Борщ с капустой и<br>картофелем со<br>сметаной ; 56,2                           | 250                       | 1,95                    | 4,87  | 10,10 | 94,73                                             | 0,05          |   |            |      | 40,15                        | 50,50  | 23,50  | 1,10 |       |
| Биточки из мяса<br>птицы с томатным<br>соусом ; 502,56                          | 60/30                     | 11,97                   | 13,81 | 12,52 | 222,17                                            | 0,01          |   |            |      | 3,36                         | 4,63   | 2,60   | 0,12 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 302                                         | 155                       | 4,77                    | 4,86  | 21,48 | 148,55                                            | 0,16          |   |            |      | 11,64                        | 113,25 | 75,18  | 2,55 |       |
| 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                         | 26,00  | 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                                                                           |                           | 25,09                   | 24,34 | 96,48 | 705,33                                            | 0,52          |   |            | 1,28 | 75,11                        | 246,38 | 123,68 | 6,01 | 91,19 |

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



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 мая 2026 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) 7-11 лет                                      |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Омлет натуральный<br>; 218,51                                           | 150                         | 16,89                   | 17,17 | 3,05  | 234,58                                            | 0,10          |   |            |      | 126,96                       | 276,93 | 21,44  | 3,13 |        |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                             | 8                           | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |        | 0,02 |        |
| 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                                                                   |                             | 19,35                   | 23,27 | 16,95 | 353,46                                            | 0,22          |   |            | 0,08 | 137,58                       | 318,33 | 34,04  | 4,05 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                         |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Борщ с капустой (без<br>картофеля) со<br>сметаной сах.диабет ;<br>56,38 | 250                         | 1,77                    | 4,78  | 7,99  | 82,89                                             | 0,04          |   |            |      | 45,20                        | 48,30  | 23,40  | 1,09 |        |
| Биточки из мяса<br>птицы с томатным<br>соусом ; 502,56                  | 60/30                       | 11,97                   | 13,81 | 12,52 | 222,17                                            | 0,01          |   |            |      | 3,36                         | 4,63   | 2,60   | 0,12 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>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<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                                                                   |                             | 21,35                   | 24,19 | 73,06 | 594,41                                            | 0,36          |   |            |      | 86,50                        | 217,28 | 123,68 | 7,08 | 173,51 |

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

