

Согласовано  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

С.М. Никитина

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Пример питания,<br>наименование блюда                                         | Масса<br>порции<br>н, (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)                                 |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,19                                         | 60                          | 6,32                    | 4,22  | 3,16   | 69,36                                              | 0,05          |      | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |        |
| Рис отварной с<br>маслом ; 58,1                                               | 134                         | 3,35                    | 3,37  | 34,68  | 182,28                                             | 0,04          |      | 18,00      | 0,23 | 9,86                         | 71,40  | 23,71 | 0,52 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,11                                         | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                              | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1      | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                              | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                          | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                              | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                         |                             | 13,07                   | 8,09  | 84,34  | 461,04                                             | 0,36          | 4,00 | 237,30     | 0,43 | 54,18                        | 204,98 | 61,27 | 4,49 | 90,31  |
| Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)                                    |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                             | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                                             | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                      | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                                             | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                           | 155                         | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                             | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                              |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27 | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                              | 0,12          |      |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 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                                                                         |                             | 27,91                   | 27,73 | 100,51 | 761,17                                             | 0,48          |      | 267,35     |      | 91,96                        | 284,84 | 71,86 | 5,22 | 101,13 |

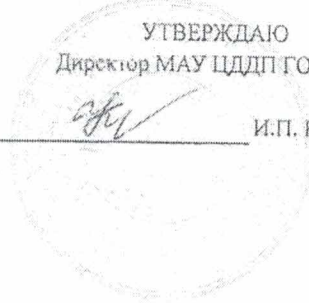
Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Присл. 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/100г) | Витамины (мг) |      |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Целлю-<br>лоза |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------------|---------------|------|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|----------------|
|                                                                               |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                         | В1            | С    | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |                |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                     |                             |                         |       |        |                                                         |               |      |            |      |                              |        |       |      |                |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,19                                         | 60                          | 6,32                    | 4,22  | 3,16   | 69,36                                                   | 0,05          |      | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |                |
| Рис отварной с<br>маслом ; 58,1                                               | 134                         | 3,35                    | 3,37  | 34,68  | 182,28                                                  | 0,04          |      | 18,00      | 0,23 | 9,86                         | 71,40  | 23,71 | 0,52 |                |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,11                                         | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                                   | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |                |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1      | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                                   | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |                |
| Сок фруктовый; 86,02                                                          | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                                   | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |                |
| Итого                                                                         |                             | 13,07                   | 8,09  | 84,34  | 461,04                                                  | 0,36          | 4,00 | 237,30     | 0,43 | 54,18                        | 204,98 | 61,27 | 4,49 |                |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                        |                             |                         |       |        |                                                         |               |      |            |      |                              |        |       |      |                |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                             | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                                                  | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |                |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                      | 90                          | 3,90                    | 17,46 | 3,42   | 225,74                                                  | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |                |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                           | 155                         | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                                  | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |                |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                                   |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |                |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27 | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                                   | 0,12          |      |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 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 |                |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                                   | 0,03          |      | 5,50       |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |                |
| Итого                                                                         |                             | 28,35                   | 28,17 | 117,78 | 835,97                                                  | 0,51          |      | 272,85     |      | 109,56                       | 296,94 | 81,76 | 7,64 | 190,59         |

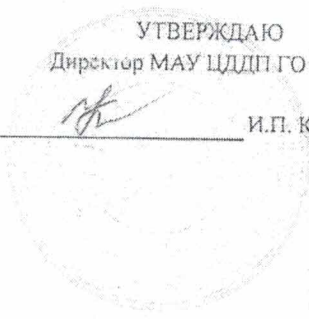
Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Присм 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   |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 2 СМЕНА )                                        |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                             | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                                             | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                      | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                                             | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                           | 155                         | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                             | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                              |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27 | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                              | 0,12          |      |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                              | 0,03          |      | 5,50       |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                         |                             | 28,35                   | 28,17 | 117,78 | 835,97                                             | 0,51          |      | 272,85     |      | 109,56                       | 296,94 | 81,76 | 7,64 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)                                      |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Плюшка московская ;<br>433,11                                                 | 100                         | 8,67                    | 6,69  | 58,38  | 328,52                                             | 0,13          | 0,09 | 41,02      | 1,36 | 29,75                        | 78,71  | 13,54 | 1,06 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,11                                         | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                              | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Сыр (порциями);<br>27,02                                                      | 15                          | 3,95                    | 3,99  |        | 52,30                                              |               | 0,11 | 35,70      | 0,06 | 150,00                       | 90,00  | 8,25  | 0,11 |        |
| Итого                                                                         |                             | 12,62                   | 10,68 | 68,18  | 420,42                                             | 0,28          | 0,20 | 76,72      | 1,42 | 179,75                       | 168,71 | 21,79 | 1,17 | 190,59 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции<br>н. (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   |       |
| Обед 7-11 лет (родительская плата)                              |                             |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Свекольник со сметаной ; 67,36                                  | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98 | 124,04                               | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |       |
| Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98                           | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42  | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05                   | 155                         | 6,34                    | 4,52  | 37,08 | 214,49                               | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |       |
| Чай с сахаром; 283                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| 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                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |       |
| Итого                                                           |                             | 27,51                   | 27,68 | 97,76 | 748,17                               | 0,46          |      | 267,35     |      | 90,96                        | 281,59 | 71,16 | 5,09 | 78,02 |
| Полдник (родительская плата)                                    |                             |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Плошка московская ; 433,1                                       | 50                          | 4,31                    | 3,34  | 29,14 | 163,71                               | 0,07          |      | 20,51      |      | 14,87                        | 39,31  | 6,76  | 0,53 |       |
| Чай с сахаром; 283                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Сыр (порциями); 27,02                                           | 15                          | 3,95                    | 3,99  |       | 52,50                                |               | 0,11 | 35,70      | 0,06 | 150,00                       | 90,00  | 8,25  | 0,11 |       |
| Итого                                                           |                             | 8,26                    | 7,33  | 39,12 | 256,11                               | 0,07          | 0,11 | 56,21      | 0,06 | 165,17                       | 129,31 | 15,01 | 0,67 | 45,00 |

Начальник ОДП *Л.А.* Игдеев И.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафила»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>н. (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(кккл) | Витамины (мг) |      |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|------|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С    | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                               |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,12                                    | 80                          | 8,42                    | 5,13  | 2,89   | 91,90                                | 0,07          |      | 292,39     |      | 32,76                        | 133,27 | 33,79 | 0,57 |        |
| Рис отварной с<br>маслом ; 58,11                                         | 155                         | 3,87                    | 4,17  | 40,03  | 212,87                               | 0,04          |      | 22,50      | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35 | 0,60 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,11                                    | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                             | 15,69                   | 9,80  | 89,42  | 514,17                               | 0,38          | 4,00 | 314,89     | 0,47 | 64,17                        | 249,27 | 73,34 | 4,72 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                                  |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                        | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                               | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,41                      | 165                         | 6,20                    | 4,35  | 39,55  | 222,53                               | 0,10          |      | 22,50      | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                    |                             | 27,37                   | 27,51 | 100,23 | 756,01                               | 0,47          |      | 267,35     | 0,89 | 91,99                        | 284,63 | 71,75 | 5,15 | 196,31 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

С.М. Никитина

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи.<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции<br>н. (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценност<br>ь<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|------|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С    | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                        |                             |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Сварюльник со сметаной ; 67,36                                  | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                                            | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ); 233,98                           | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                                            | 0,07          |      | 33,18      |      | 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          |      | 22,50      | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| Чай с сахаром; 283                                              | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный обогашенный 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                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                           |                             | 27,37                   | 27,51 | 100,23 | 756,01                                            | 0,47          |      | 267,35     | 0,89 | 91,99                        | 284,63 | 71,75 | 5,15 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                     |                             |                         |       |        |                                                   |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Плюшка московская ; 433,11                                      | 100                         | 8,67                    | 6,69  | 58,38  | 328,52                                            | 0,13          | 0,09 | 41,02      | 1,36 | 29,75                        | 78,71  | 13,54 | 1,06 |        |
| Чай витаминизированный ; 282,11                                 | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                             | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Сыр (порциями); 27,02                                           | 15                          | 3,95                    | 3,99  |        | 52,50                                             |               | 0,11 | 35,70      | 0,06 | 150,00                       | 90,00  | 8,25  | 0,11 |        |
| Итого                                                           |                             | 12,62                   | 10,68 | 68,18  | 420,42                                            | 0,28          | 0,20 | 76,72      | 1,42 | 179,75                       | 168,71 | 21,79 | 1,17 | 196,31 |

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

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

С.М. Никитина

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>п. (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    | Ca                           | P      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак 12-18 лет СВО, ММС                                               |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,12                                    | 80                          | 8,42                    | 5,13  | 2,89   | 91,90                                              | 0,07          |      | 292,39     |      | 32,76                        | 133,27 | 33,79 | 0,57 |        |
| Рис отварной с<br>маслом ; 58,11                                         | 155                         | 3,87                    | 4,17  | 40,03  | 212,87                                             | 0,04          |      | 22,50      | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35 | 0,60 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,11                                    | 200                         |                         |       | 9,80   | 39,40                                              | 0,15          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                              | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                              | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                             | 15,69                   | 9,80  | 89,42  | 514,17                                             | 0,38          | 4,00 | 314,89     | 0,47 | 64,17                        | 249,27 | 73,34 | 4,72 | 92,43  |
| Обед 12-18 лет СВО, ММС                                                  |                             |                         |       |        |                                                    |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                        | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98  | 124,04                                             | 0,08          |      | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                                             | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,41                      | 165                         | 6,20                    | 4,35  | 39,55  | 222,33                                             | 0,10          |      | 22,50      | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                              |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                              | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,60                                              | 0,12          |      |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                             | 27,37                   | 27,51 | 100,23 | 756,01                                             | 0,47          |      | 267,35     | 0,89 | 91,99                        | 284,63 | 71,75 | 5,15 | 104,05 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Присм. поим.<br>измененные б. н.д. | Масса<br>порции<br>н. (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |  |  | Энерге-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br>-<br> |
|------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Швей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 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 (безглютен) 7-11 лет                                                   |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,19                                          | 60                           | 6,32                    | 4,22  | 3,16  | 69,36                                             | 0,05          |   | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,1                                                | 134                          | 3,35                    | 3,37  | 34,68 | 182,28                                            | 0,04          |   | 18,00      | 0,23 | 9,86                         | 71,40  | 23,71 | 0,52 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                          | 200                          |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                          | 30                           | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                      | 100                          | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                          |                              | 12,95                   | 12,20 | 71,76 | 442,86                                            | 0,37          |   | 237,30     | 0,80 | 155,11                       | 171,51 | 63,28 | 1,06 | 90,31  |
| Обед (безглютен) 7-11 лет                                                      |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,35                                              | 205                          | 2,00                    | 4,23  | 13,62 | 100,86                                            | 0,06          |   | 170,41     |      | 36,29                        | 55,30  | 24,66 | 1,22 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,78                              | 35                           | 9,34                    | 10,54 |       | 132,20                                            | 0,02          |   | 4,79       | 0,14 | 7,81                         | 95,80  | 9,22  | 0,69 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безглютен); 211,34 | 123                          | 2,73                    | 3,75  | 33,05 | 177,75                                            |               |   |            |      | 3,68                         |        | 0,22  | 0,03 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                             | 200                          |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                          | 30                           | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |        |
| Итого                                                                          |                              | 14,15                   | 19,93 | 72,07 | 525,43                                            | 0,08          |   | 175,20     | 0,71 | 50,01                        | 151,13 | 34,31 | 1,99 | 101,13 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 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 ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( безглютеновое )                                |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба залеченная с<br>овощами ; 591,19                                           | 60                          | 6,32                    | 4,22  | 3,16  | 69,36                                             | 0,05          |   | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,11                                                | 155                         | 3,87                    | 4,17  | 40,03 | 212,87                                            | 0,04          |   | 22,50      | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35 | 0,60 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                           | 30                          | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                       | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                           |                             | 13,47                   | 13,00 | 77,69 | 474,85                                            | 0,12          |   | 241,80     | 0,84 | 156,96                       | 182,61 | 66,92 | 1,17 |        |
| обед ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( безглютеновое )                                   |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                               | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98 | 124,04                                            | 0,08          |   | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   | 5,49       |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безглютен) ; 211,35 | 134                         | 2,96                    | 4,82  | 35,81 | 199,31                                            |               |   |            | 1,76 | 4,05                         | 0,08   | 0,24  | 0,03 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                           | 30                          | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |        |
| Итого                                                                           |                             | 16,22                   | 23,41 | 78,19 | 589,49                                            | 0,11          |   | 217,16     | 2,33 | 58,98                        | 178,27 | 41,70 | 2,39 | 196,31 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 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 (безглютеновый) 12-18 лет                                               |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,19                                           | 60                          | 6,32                    | 4,22  | 3,16  | 69,36                                             | 0,05          |   | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |       |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,11                                                | 155                         | 3,87                    | 4,17  | 40,03 | 212,87                                            | 0,04          |   | 22,50      | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35 | 0,60 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                           | 30                          | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |       |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                       | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |       |
| Итого                                                                           |                             | 13,47                   | 13,00 | 77,69 | 474,85                                            | 0,12          |   | 241,80     | 0,84 | 156,96                       | 182,61 | 66,92 | 1,17 | 81,36 |
| Обед (безглютеновый) 12-18 лет                                                  |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Свекольник со<br>сметаной ; 67,36                                               | 255                         | 2,47                    | 5,10  | 16,98 | 124,04                                            | 0,08          |   | 211,67     |      | 44,27                        | 68,36  | 30,71 | 1,53 |       |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   | 5,49       |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |       |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безглютен) ; 211,35 | 134                         | 2,96                    | 4,82  | 35,81 | 199,31                                            |               |   |            | 1,76 | 4,05                         | 0,08   | 0,24  | 0,03 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,18                                           | 30                          | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                             |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |       |
| Итого                                                                           |                             | 16,22                   | 23,41 | 78,19 | 589,49                                            | 0,11          |   | 217,16     | 2,33 | 58,98                        | 178,27 | 41,70 | 2,39 | 93,10 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

С.М. Никитина

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                          | Масса<br>порции,<br>г (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    | Ca                           | P      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (безмолочное) 7-11 лет                                             |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба отварная ; 620,01                                                     | 40                          | 7,82                    | 1,35  |        | 43,61                                | 0,05          |      | 4,92       |      | 21,15                        | 118,09 | 27,15 | 0,41 |        |
| Рис отварной с<br>растительным маслом ; 58,23                              | 134                         | 3,32                    | 4,46  | 34,63  | 191,80                               | 0,04          |      |            | 1,95 | 8,90                         | 70,28  | 23,71 | 0,51 |        |
| Чай<br>витаминизированный ; 282,15                                         | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1   | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                       | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                      |                             | 14,54                   | 6,31  | 80,73  | 443,91                               | 0,46          | 4,00 | 4,92       | 2,15 | 50,05                        | 221,87 | 63,06 | 4,47 | 90,31  |
| Обед (безмолочное) 7-11 лет                                                |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник (без<br>сметаны, сахара и<br>томат-пасты) ; 67,26               | 200                         | 1,82                    | 3,48  | 11,95  | 86,55                                | 0,06          |      | 162,06     |      | 31,66                        | 51,57  | 23,71 | 1,19 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                   | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом; 211,29            | 155                         | 5,78                    | 5,68  | 37,01  | 222,40                               | 0,09          |      |            | 2,99 | 14,39                        | 45,78  | 8,66  | 0,87 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                         | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ; 1,27 | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                | 0,12          |      |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 0,88 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный для<br>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          |      | 5,50       |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                      |                             | 27,14                   | 27,71 | 112,68 | 806,39                               | 0,49          |      | 200,74     | 2,99 | 95,75                        | 278,75 | 74,76 | 7,29 | 101,13 |

Начальник ЦДП Исламова Н.А.



Согласовано  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса порции<br>н. (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 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                             |                          |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба отварная ;<br>620,01                                                | 40                       | 7,82                    | 1,35  |        | 43,61                                | 0,05          |      | 4,92       |      | 21,15                        | 118,09 | 27,15 | 0,41 |        |
| Рис отварной с<br>растительным маслом<br>; 58,23                         | 134                      | 3,32                    | 4,46  | 34,63  | 191,80                               | 0,04          |      |            | 1,95 | 8,90                         | 70,28  | 23,71 | 0,51 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                      |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                       | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                      | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                          | 14,54                   | 6,31  | 80,73  | 443,91                               | 0,46          | 4,00 | 4,92       | 2,15 | 50,05                        | 221,87 | 63,06 | 4,47 |        |
| Обед 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                                |                          |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник (без<br>сметаны, сахара и<br>томат-пасты) ; 67,26             | 200                      | 1,82                    | 3,48  | 11,95  | 86,55                                | 0,06          |      | 162,06     |      | 31,66                        | 51,57  | 23,71 | 1,19 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                       | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом;<br>211,29       | 155                      | 5,78                    | 5,68  | 37,01  | 222,40                               | 0,09          |      |            | 2,99 | 14,39                        | 45,78  | 8,66  | 0,87 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                      |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                       | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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  | 74,50                                | 0,03          |      | 5,50       |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                          | 26,74                   | 27,66 | 109,93 | 793,39                               | 0,47          |      | 200,74     | 2,99 | 94,75                        | 275,50 | 74,06 | 7,16 | 190,59 |

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*



СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»

С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Пример пищи,<br>наименование блюда                                       | Масса<br>порции<br>н. (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 (безмолочное) 12-18 лет                                          |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Рыба отварная ;<br>620,01                                                | 40                          | 7,82                    | 1,35  |        | 43,61                                | 0,05          |      | 4,92       |      | 21,15                        | 118,09 | 27,15 | 0,41 |       |
| Рис отварной с<br>растительным маслом<br>; 58,24                         | 155                         | 3,83                    | 5,54  | 39,96  | 224,77                               | 0,04          |      |            | 2,42 | 10,21                        | 81,10  | 27,35 | 0,59 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |       |
| Итого                                                                    |                             | 15,05                   | 7,39  | 86,06  | 476,88                               | 0,46          | 4,00 | 4,92       | 2,62 | 51,36                        | 232,69 | 66,70 | 4,55 | 81,36 |
| Обед (безмолочное) 12-18 лет                                             |                             |                         |       |        |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |       |
| Свекольник (без<br>сметаны, сахара и<br>томат-пасты) ; 67,42             | 250                         | 2,28                    | 4,35  | 14,94  | 108,19                               | 0,08          |      | 202,57     |      | 39,57                        | 64,46  | 29,63 | 1,48 |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42   | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |       |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом;<br>211,29       | 155                         | 5,78                    | 5,68  | 37,01  | 222,40                               | 0,09          |      |            | 2,99 | 14,39                        | 45,78  | 8,66  | 0,87 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |      |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |      |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| 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 |       |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                | 0,02          | 4,00 |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |       |
| Итого                                                                    |                             | 27,76                   | 28,29 | 115,85 | 832,23                               | 0,48          | 4,00 | 235,75     | 3,19 | 99,06                        | 290,29 | 78,08 | 7,83 | 93,10 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа  
И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса порции,<br>г. (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 (Сахарный диабет) 7-11 лет                                       |                           |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,19                                    | 60                        | 6,32                    | 4,22  | 3,16  | 69,36                                | 0,05          |      | 219,30     |      | 24,32                        | 100,08 | 25,36 | 0,42 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02                            | 155                       | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                               | 0,06          |      | 36,62      | 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 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                | 0,03          | 0,60 |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 15,51                   | 11,86 | 51,91 | 370,79                               | 0,26          | 0,60 | 255,92     | 0,35 | 164,72                       | 187,23 | 64,98 | 2,61 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                          |                           |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной; 67,08                                         | 255                       | 2,79                    | 5,12  | 18,83 | 132,88                               | 0,08          |      | 212,24     |      | 52,13                        | 77,50  | 35,40 | 1,82 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                        | 13,90                   | 17,46 | 3,42  | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                      | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08 | 214,49                               | 0,09          |      | 22,50      |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| 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          |      | 5,50       |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                           | 25,87                   | 27,84 | 90,40 | 713,91                               | 0,39          |      | 273,42     |      | 110,12                       | 283,33 | 81,55 | 7,02 | 190,59 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «Лицей № 6 имени Н.Д. Сафина»



С.М. Никитина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 октября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>н, (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 (Сахарный диабет) 12-18 лет                                      |                             |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,12                                    | 80                          | 8,42                    | 5,13  | 2,89  | 91,90                                | 0,07          |      | 292,39     |      | 32,76                        | 133,27 | 33,79 | 0,57 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02                            | 155                         | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                               | 0,06          |      | 36,62      | 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 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                | 0,03          | 0,60 |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                             | 17,61                   | 12,77 | 51,64 | 393,33                               | 0,28          | 0,60 | 329,01     | 0,35 | 173,16                       | 220,42 | 73,41 | 2,76 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                                         |                             |                         |       |       |                                      |               |      |            |      |                              |        |       |      |        |
| Свекольник со<br>сметаной; 67,08                                         | 255                         | 2,79                    | 5,12  | 18,83 | 132,88                               | 0,08          |      | 212,24     |      | 52,13                        | 77,50  | 35,40 | 1,82 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 108,02                                  | 25                          | 5,92                    | 5,08  | 0,29  | 70,12                                | 0,03          |      | 12,60      |      | 6,57                         | 51,56  | 6,36  | 0,44 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                 | 90                          | 13,90                   | 17,46 | 3,42  | 225,74                               | 0,07          |      | 33,18      |      | 16,10                        | 107,55 | 14,99 | 1,00 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,41                      | 165                         | 6,20                    | 4,35  | 39,55 | 222,33                               | 0,10          |      | 22,50      | 0,89 | 16,62                        | 50,22  | 9,25  | 0,94 |        |
| 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                                                                    |                             | 31,21                   | 32,31 | 75,89 | 717,07                               | 0,40          |      | 280,52     | 0,89 | 100,12                       | 325,83 | 78,60 | 5,10 | 196,31 |

Начальник ОДП Исламов Ч.А.