

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порци<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге<br>-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|-------|--------|-------------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                            | Б                       | Ж     | У      |                                                       | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                          |                            |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                | 90                         | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                                                |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88   | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,9                            | 175                        | 7,18                    | 4,64  | 42,01  | 238,68                                                | 0,10          |   |            |      | 17,66                        | 53,27  | 9,83   | 1,00 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                        | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                                 |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 30                         | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                                 | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                        | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                                 | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                         |                            | 20,97                   | 16,20 | 100,30 | 634,53                                                | 0,23          |   |            |      | 50,32                        | 91,11  | 27,66  | 4,50 | 126,37 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                             |                            |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                        | 1,54                    | 4,97  | 10,15  | 91,79                                                 | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                         | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                                | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                        | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                                | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                         | 200                        |                         |       | 9,40   | 38,50                                                 | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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>421,09                    | 35                         | 2,80                    | 0,35  | 16,10  | 77,00                                                 | 0,14          |   |            | 0,60 | 10,15                        | 45,50  | 14,70  | 1,05 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                         | 0,64                    | 0,16  | 6,00   | 30,40                                                 | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                            | 20,69                   | 17,30 | 106,13 | 666,30                                                | 0,73          |   |            | 0,60 | 118,88                       | 351,43 | 113,12 | 3,89 | 135,01 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                     |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                | 90                        | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                                            |               |   |            |   | 5,76                         | 5,39   | 2,88   | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,9                            | 175                       | 7,18                    | 4,64  | 42,01  | 238,68                                            | 0,10          |   |            |   | 17,66                        | 53,27  | 9,83   | 1,00 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                             | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                         |                           | 20,97                   | 16,20 | 100,30 | 634,53                                            | 0,23          |   |            |   | 50,32                        | 91,11  | 27,66  | 4,50 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                        |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                       | 1,54                    | 4,97  | 10,15  | 91,79                                             | 0,04          |   |            |   | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                       | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                         | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 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                                                                         |                           | 19,25                   | 17,04 | 95,08  | 611,90                                            | 0,64          |   |            |   | 88,43                        | 341,68 | 101,52 | 3,53 | 219,71 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед ОБЗ,инвалиды 7-11 лет ( 2 СМЕНА )                                        |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                         | 1,54                    | 4,97  | 10,15  | 91,79                                             | 0,04          |   |            |   | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                         | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00   | 30,40                                             | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                             | 19,89                   | 17,20 | 101,08 | 642,30                                            | 0,69          |   |            |   | 116,43                       | 341,68 | 110,32 | 3,61 |        |
| полдник ОБЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)                                      |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Пирожки печеные с<br>яблоками ; 453,04                                        | 75                          | 4,67                    | 5,08  | 38,07  | 216,41                                            | 0,07          |   |            |   | 15,37                        | 44,07  | 8,98   | 1,18 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |   |            |   | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,46                                             | 85                          |                         |       | 10,12  | 39,95                                             |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Итого                                                                         |                             | 4,67                    | 5,08  | 58,17  | 296,26                                            | 0,07          |   |            |   | 15,67                        | 44,07  | 8,98   | 1,21 | 219,71 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                               |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Обед 7-11 лет (родительская плата)                                            |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                       | 1,54                    | 4,97  | 10,15 | 91,79                                             | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |       |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |       |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                       | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                       |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 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                                                                         |                           | 19,25                   | 17,04 | 95,66 | 613,30                                            | 0,39          |   |            |      | 88,73                        | 341,68 | 101,52 | 3,56 | 79,73 |
| Полдник 7-11 лет (родительская плата)                                         |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Пирожки печеные с<br>яблоками ; 453,04                                        | 75                        | 4,67                    | 5,08  | 38,07 | 216,41                                            | 0,07          |   |            |      | 15,37                        | 44,07  | 8,98   | 1,18 |       |
| Сок фруктовый; 86,02                                                          | 200                       | 1,00                    | 0,20  | 20,20 | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00   | 2,80 |       |
| Итого                                                                         |                           | 5,67                    | 5,28  | 58,27 | 308,41                                            | 0,09          |   |            | 0,20 | 29,37                        | 58,07  | 16,98  | 3,98 | 45,00 |

Начальник ОДП  Исмаилова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак СВО 7-11 лет                                                          |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                | 90                          | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                                            |               |   |            |   | 5,76                         | 5,39   | 2,88   | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,9                            | 175                         | 7,18                    | 4,64  | 42,01  | 238,68                                            | 0,10          |   |            |   | 17,66                        | 53,27  | 9,83   | 1,00 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                             | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                         |                             | 20,97                   | 16,20 | 100,30 | 634,53                                            | 0,23          |   |            |   | 50,32                        | 91,11  | 27,66  | 4,50 | 128,37 |
| Обед СВО 7-11 лет                                                             |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                         | 1,54                    | 4,97  | 10,15  | 91,79                                             | 0,04          |   |            |   | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |   |            |   | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 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                                                                         |                             | 19,25                   | 17,04 | 95,66  | 613,30                                            | 0,39          |   |            |   | 88,73                        | 341,68 | 101,52 | 3,56 | 79,73  |

Исполнитель: Исламова И.А.

СОГЛАСОВАНО

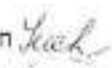
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед СВО 7-11 лет (2 смена)                                                   |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04                            | 205                       | 1,54                    | 4,97  | 10,15  | 91,79                                             | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                       | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                         | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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>421,09                    | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 16,10  | 77,00                                             | 0,14          |   |            | 0,60 | 10,15                        | 45,50  | 14,70  | 1,05 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00   | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                           | 20,69                   | 17,30 | 106,13 | 666,30                                            | 0,73          |   |            | 0,60 | 118,88                       | 351,43 | 113,12 | 3,89 | 135,01 |
| Полдник СВО 7-11 лет (2 смена)                                                |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Пирожки печеные с<br>яблоками ; 453,04                                        | 75                        | 4,67                    | 5,08  | 38,07  | 216,41                                            | 0,07          |   |            |      | 15,37                        | 44,07  | 8,98   | 1,18 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00   | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                           | 5,31                    | 5,24  | 54,05  | 286,71                                            | 0,12          |   |            |      | 43,67                        | 44,07  | 17,78  | 1,29 | 71,09  |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса 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 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                                 |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64                                | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |   | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,02                           | 185                       | 7,60                    | 4,70  | 44,48 | 250,78                                            | 0,11          |   |            |   | 18,32                        | 56,31  | 10,39  | 1,06 |       |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Итого                                                                         |                           | 21,01                   | 16,42 | 85,73 | 578,46                                            | 0,22          |   |            |   | 35,07                        | 83,07  | 19,13  | 2,17 | 83,02 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                                    |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                             | 255                       | 1,88                    | 6,03  | 12,60 | 112,49                                            | 0,06          |   |            |   | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |       |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                          | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |       |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                              | 150                       | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |       |
| 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 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                      | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |       |
| Итого                                                                         |                           | 19,59                   | 18,10 | 97,53 | 632,60                                            | 0,66          |   |            |   | 91,95                        | 353,45 | 104,95 | 3,66 | 95,02 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                                     |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64                                 | 60/40                       | 10,84                   | 11,35 | 12,35  | 195,58                                            | 0,01          |   |            |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,02                            | 185                         | 7,60                    | 4,70  | 44,48  | 250,78                                            | 0,11          |   |            |      | 18,32                        | 56,31  | 10,39  | 1,06 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                               | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40  | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1       | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                          |                             | 21,01                   | 16,42 | 85,73  | 578,46                                            | 0,22          |   |            |      | 35,07                        | 83,07  | 19,13  | 2,17 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                                        |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                              | 255                         | 1,88                    | 6,03  | 12,60  | 112,49                                            | 0,06          |   |            |      | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                           | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                               | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                          | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания;<br>420,05 | 45                          | 3,60                    | 0,45  | 24,75  | 117,00                                            | 0,15          |   |            | 0,68 | 9,00                         | 29,25  | 6,30   | 1,13 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,13                    | 45                          | 3,60                    | 0,45  | 20,70  | 99,00                                             | 0,18          |   |            | 0,77 | 13,05                        | 58,50  | 18,90  | 1,35 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                           | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00   | 2,80 |        |
| Итого                                                                          |                             | 22,99                   | 18,60 | 132,88 | 796,60                                            | 0,79          |   |            | 1,65 | 113,30                       | 396,70 | 121,35 | 7,29 | 191,24 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<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   |        |
| обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                                       |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                              | 255                         | 1,88                    | 6,03  | 12,60  | 112,49                                            | 0,06          |   |            |      | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                           | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28   | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                               | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95  | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                          | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания;<br>420,05 | 45                          | 3,60                    | 0,45  | 24,75  | 117,00                                            | 0,15          |   |            | 0,68 | 9,00                         | 29,25  | 6,30   | 1,13 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,13                    | 45                          | 3,60                    | 0,45  | 20,70  | 99,00                                             | 0,18          |   |            | 0,77 | 13,05                        | 58,50  | 18,90  | 1,35 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                           | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20  | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00   | 2,80 |        |
| Итого                                                                          |                             | 22,99                   | 18,60 | 132,88 | 796,60                                            | 0,79          |   |            | 1,65 | 113,30                       | 396,70 | 121,35 | 7,29 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                                    |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Пирожки печеные с<br>яблоками ; 453,05                                         | 100                         | 6,26                    | 6,76  | 48,67  | 281,21                                            | 0,10          |   |            | 3,12 | 20,65                        | 58,52  | 11,97  | 1,58 |        |
| Напиток из плодов<br>шиповника; 293,11                                         | 200                         | 0,34                    | 0,14  | 14,81  | 68,30                                             | 0,01          |   |            |      | 6,30                         | 1,70   | 1,70   | 0,33 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                 | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27  | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                          |                             | 7,04                    | 7,34  | 80,75  | 424,31                                            | 0,14          |   |            | 3,12 | 44,55                        | 72,32  | 23,57  | 4,33 | 191,24 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак 12-18 лет СОП                                                    |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64                           | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |   | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |       |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,02                      | 185                       | 7,60                    | 4,70  | 44,48 | 250,78                                            | 0,11          |   |            |   | 18,32                        | 56,31  | 10,39  | 1,06 |       |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Итого                                                                    |                           | 21,01                   | 16,42 | 85,73 | 578,46                                            | 0,22          |   |            |   | 35,07                        | 83,07  | 19,13  | 2,17 | 81,36 |
| Обед 12-18 лет СОП                                                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                        | 255                       | 1,88                    | 6,03  | 12,60 | 112,49                                            | 0,06          |   |            |   | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |       |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                     | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |       |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                         | 150                       | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |       |
| 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 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |       |
| Итого                                                                    |                           | 19,59                   | 18,10 | 97,53 | 632,60                                            | 0,66          |   |            |   | 91,95                        | 353,45 | 104,95 | 3,66 | 93,10 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>г. | 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 СВО 12-18 лет                                                    |                        |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64                           | 60/40                  | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |   | 7,45                         | 6,41   | 3,69   | 0,18 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,02                      | 185                    | 7,60                    | 4,70  | 44,48 | 250,78                                            | 0,11          |   |            |   | 18,32                        | 56,31  | 10,39  | 1,06 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                    | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                    |                        | 21,01                   | 16,42 | 85,73 | 578,46                                            | 0,22          |   |            |   | 35,07                        | 83,07  | 19,13  | 2,17 |        |
| Обед СВО 12-18 лет                                                       |                        |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                        | 255                    | 1,88                    | 6,03  | 12,60 | 112,49                                            | 0,06          |   |            |   | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                     | 90                     | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |   | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                         | 150                    | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |   | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| 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 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                     | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                        | 19,59                   | 18,10 | 97,53 | 632,60                                            | 0,66          |   |            |   | 91,95                        | 353,45 | 104,95 | 3,66 | 171,36 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед СВО 12-18 лет (2 смена)                                             |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05                        | 255                          | 1,88                    | 6,03  | 12,60 | 112,49                                            | 0,06          |   |            |      | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                     | 90                           | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                         | 150                          | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| 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 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                              | 19,59                   | 18,10 | 97,53 | 632,60                                            | 0,66          |   |            |      | 91,95                        | 353,45 | 104,95 | 3,66 |        |
| Полдник СВО 12-18 лет (2 смена)                                          |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Пирожки печеные с<br>яблоками ; 453,05                                   | 100                          | 6,26                    | 6,76  | 48,67 | 281,21                                            | 0,10          |   |            | 3,12 | 20,65                        | 58,52  | 11,97  | 1,58 |        |
| Напиток из плодов<br>шиповника; 293,11                                   | 200                          | 0,34                    | 0,14  | 14,81 | 68,30                                             | 0,01          |   |            |      | 6,30                         | 1,70   | 1,70   | 0,33 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                          | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                              | 7,04                    | 7,34  | 80,75 | 424,31                                            | 0,14          |   |            | 3,12 | 44,55                        | 72,32  | 23,57  | 4,33 | 171,36 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (безмолочное ) 7-11 лет                                          |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                        | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54  | 0,78 |        |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                             | 19,50                   | 18,57 | 83,18 | 580,82                                            | 0,25          |   |            | 2,99 | 49,72                        | 188,03 | 34,15  | 5,00 | 126,37 |
| Обед (безмолочное) 7-11 лет                                              |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник с<br>перловой крупой (без<br>сметаны); 54,54                  | 200                         | 1,41                    | 4,22  | 9,97  | 83,68                                             | 0,04          |   |            |      | 14,16                        | 47,64  | 13,97  | 0,51 |        |
| Рыба отварная ; 589,01                                                   | 70                          | 13,69                   | 0,77  |       | 61,99                                             | 0,09          |   |            |      | 37,02                        |        | 47,51  | 0,71 |        |
| 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 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                    |                             | 24,37                   | 11,29 | 95,63 | 583,34                                            | 0,69          |   |            | 2,42 | 104,09                       | 187,24 | 114,43 | 3,54 | 135,01 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак (безмолочное) 12-18 лет                                          |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                        | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54  | 0,78 |       |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Итого                                                                    |                             | 19,06                   | 18,13 | 65,91 | 506,02                                            | 0,22          |   |            | 2,99 | 32,12                        | 175,93 | 24,25  | 2,58 | 83,02 |
| Обед (безмолочное) 12-18 лет                                             |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Рассольник с<br>перловой крупой (без<br>сметаны); 54,07                  | 250                         | 1,76                    | 5,28  | 12,46 | 104,60                                            | 0,05          |   |            |      | 17,71                        | 59,55  | 17,46  | 0,64 |       |
| Рыба отварная ; 589,01                                                   | 70                          | 13,69                   | 0,77  |       | 61,99                                             | 0,09          |   |            |      | 37,02                        |        | 47,51  | 0,71 |       |
| 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 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |       |
| Итого                                                                    |                             | 24,08                   | 12,19 | 92,12 | 573,86                                            | 0,65          |   |            | 2,42 | 79,64                        | 199,15 | 109,12 | 3,59 | 95,02 |

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (безглютен) 7-11 лет                                                   |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                              | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54  | 0,78 |        |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                               | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси; 667,17                                           | 25                          | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |               |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                 | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                          |                             | 14,10                   | 17,53 | 75,45 | 520,02                                            | 0,06          |   |            | 0,48 | 34,54                        | 122,77 | 21,65  | 3,43 | 126,37 |
| Обед (безглютен) 7-11 лет                                                      |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                              | 250                         | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14  | 1,33 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами(без муки) ;<br>591,42                             | 90                          | 8,68                    | 7,95  | 3,69  | 122,01                                            | 0,08          |   |            |      | 46,07                        | 150,11 | 43,51  | 0,77 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                               | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                          | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси; 667,17                                           | 25                          | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |               |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |        |
| Мандарины; 140,5                                                               | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                          |                             | 15,93                   | 15,93 | 86,95 | 560,23                                            | 0,53          |   |            | 0,48 | 104,19                       | 299,48 | 115,79 | 2,75 | 135,01 |

Начальник ОДЦП  Исмаилова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<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 (безглютеновый) 12-18 лет                                               |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 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; 667,17                                            | 25                          | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |               |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |       |
| Итого                                                                           |                             | 13,72                   | 18,09 | 58,52 | 452,58                                            | 0,03          |   |            | 2,24 | 14,31                        | 109,90 | 10,92  | 0,86 | 83,02 |
| Обед (безглютеновый) 12-18 лет                                                  |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                               | 250                         | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14  | 1,33 |       |
| Рыба запеченная с<br>овощами(без муки) ;<br>591,42                              | 90                          | 8,68                    | 7,95  | 3,69  | 122,01                                            | 0,08          |   |            |      | 46,07                        | 150,11 | 43,51  | 0,77 |       |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                                | 150                         | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04          |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси; 667,17                                            | 25                          | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |               |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |       |
| Итого                                                                           |                             | 15,29                   | 15,77 | 80,95 | 529,83                                            | 0,48          |   |            | 0,48 | 76,19                        | 299,48 | 106,99 | 2,67 | 95,02 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (строгое 7-11)                                                         |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                              | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |        |
| 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 (б/сах) ; 282,08                                                           | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                 | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                          |                             | 13,96                   | 17,68 | 65,74 | 478,79                                            | 0,06          |   |            | 0,57 | 31,64                        | 121,93 | 20,87 | 3,25 | 126,37 |
| Обед (строгое 7-11 лет)                                                        |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                              | 250                         | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14 | 1,33 |        |
| Мясо птицы (филе<br>индейки),<br>припущенное с<br>овощами ; 233,43             | 60                          | 7,83                    | 9,80  | 0,17  | 120,27                                            | 0,02          |   |            |      | 7,31                         | 81,36  | 8,48  | 0,59 |        |
| 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 (б/сах) ; 282,08                                                           | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                 | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                          |                             | 14,91                   | 20,35 | 89,00 | 598,79                                            | 0,20          |   |            | 2,99 | 57,21                        | 244,74 | 83,08 | 4,95 | 135,01 |

Начальник ОДЦП  Исмаилова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                 |                        | Б                       | Ж     | У     |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак (строгое) 12-18 лет                                                     |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                     | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                               | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |       |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безплотен) ; 211,35 | 134                    | 2,96                    | 4,82  | 35,81 | 199,31                               |               |   |            | 1,76 | 4,05                         | 0,08   | 0,24  | 0,03 |       |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                            | 200                    |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| 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                                                                           |                        | 13,75                   | 18,31 | 51,23 | 425,55                               | 0,03          |   |            | 2,33 | 14,41                        | 109,91 | 10,99 | 0,83 | 81,36 |

Начальник ОДП

Исламова И.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                         | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|-----------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                           |                        | Б                       | Ж     | У     |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Обед строгое (родительская плата) 12-18 лет               |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11               | 250                    | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                               | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14 | 1,33 |       |
| Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами ; 233,58 | 70                     | 0,04                    | 1,10  | 0,20  | 10,91                                | 0,02          |   |            |      | 8,58                         | 94,78  | 9,88  | 0,69 |       |
| Рис отварной с растительным маслом ; 58,24                | 155                    | 3,83                    | 5,54  | 39,96 | 224,77                               | 0,04          |   |            | 2,42 | 10,21                        | 81,10  | 27,35 | 0,59 |       |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                      | 200                    |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Хлеб из безбелковой смеси ; 667,18                        | 30                     | 0,08                    | 1,41  | 15,42 | 74,72                                |               |   |            | 0,57 | 1,93                         | 0,03   | 0,21  | 0,02 |       |
| Итого                                                     |                        | 6,68                    | 11,21 | 71,76 | 414,63                               | 0,17          |   |            | 2,99 | 40,88                        | 246,06 | 74,58 | 2,63 | 95,02 |

Назначник ОДП  Исмаилова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( строгое )                                      |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                              | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безпшотен); 211,34 | 123                         | 2,73                    | 3,75  | 33,05 | 177,75                                            |               |   |            |      | 3,68                         |        | 0,22  | 0,03 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                           | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                 | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                          |                             | 13,96                   | 17,68 | 65,74 | 478,79                                            | 0,06          |   |            | 0,57 | 31,64                        | 121,93 | 20,87 | 3,25 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( строгое )                                         |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                              | 250                         | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14 | 1,33 |        |
| Мясо птицы (филе<br>индейки),<br>припущенное с<br>овощами ; 233,43             | 60                          | 7,83                    | 9,80  | 0,17  | 120,27                                            | 0,02          |   |            |      | 7,31                         | 81,36  | 8,48  | 0,59 |        |
| 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 (б/сах) ; 282,08                                                           | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                                                          |                             | 14,47                   | 19,91 | 71,73 | 523,99                                            | 0,17          |   |            | 2,99 | 39,61                        | 232,64 | 73,18 | 2,53 | 219,71 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( строгое )                                      |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 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 (б/сах) ; 282,08                                                            | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                                                           |                             | 13,75                   | 18,31 | 51,23 | 425,55                                            | 0,03          |   |            | 2,33 | 14,41                        | 109,91 | 10,99 | 0,83 |        |
| обед ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( строгое )                                         |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник с<br>перловой крупой (без<br>сметаны); 54,07                         | 250                         | 1,76                    | 5,28  | 12,46 | 104,60                                            | 0,05          |   |            |      | 17,71                        | 59,55  | 17,46 | 0,64 |        |
| Мясо птицы (филе<br>индейки),<br>припущенное с<br>овощами ; 233,58              | 70                          | 0,04                    | 1,10  | 0,20  | 10,91                                             | 0,02          |   |            |      | 8,58                         | 94,78  | 9,88  | 0,69 |        |
| 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 (б/сах) ; 282,08                                                            | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                                                           |                             | 5,71                    | 13,33 | 68,04 | 415,00                                            | 0,11          |   |            | 2,99 | 38,43                        | 235,46 | 54,90 | 1,94 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                                  |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                             | 40                           | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54  | 0,78 |        |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                          | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27 | 35                           | 2,80                    | 0,35  | 19,25 | 91,00                                             | 0,12          |   |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90   | 0,88 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                                | 110                          | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                         |                              | 19,90                   | 18,62 | 85,93 | 593,82                                            | 0,27          |   |            | 2,99 | 50,72                        | 191,28 | 34,85  | 5,13 |        |
| Обед 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                                     |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник с<br>перловой крупой (без<br>сметаны); 54,54                       | 200                          | 1,41                    | 4,22  | 9,97  | 83,68                                             | 0,04          |   |            |      | 14,16                        | 47,64  | 13,97  | 0,51 |        |
| Рыба отварная ; 589,01                                                        | 70                           | 13,69                   | 0,77  |       | 61,99                                             | 0,09          |   |            |      | 37,02                        |        | 47,51  | 0,71 |        |
| 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 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                           | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                              | 24,37                   | 11,29 | 95,63 | 583,34                                            | 0,69          |   |            | 2,42 | 104,09                       | 187,24 | 114,43 | 3,54 | 219,71 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) , |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|-----------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1              | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( безглютеновое )                                |                              |                         |       |       |                                                   |                 |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                           | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                            | 0,03            |   |            |      | 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                                | 200                          | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |                 |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси; 667,17                                            | 25                           | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |                 |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |        |
| Итого                                                                           |                              | 13,89                   | 18,16 | 60,94 | 466,78                                            | 0,03            |   |            | 2,24 | 17,31                        | 110,75 | 11,77  | 1,01 |        |
| обед ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( безглютеновое)                                    |                              |                         |       |       |                                                   |                 |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                               | 250                          | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11            |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14  | 1,33 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами(без муки) ;<br>591,42                              | 90                           | 8,68                    | 7,95  | 3,69  | 122,01                                            | 0,08            |   |            |      | 46,07                        | 150,11 | 43,51  | 0,77 |        |
| Рис отварной с маслом<br>; 58,38                                                | 150                          | 3,83                    | 3,47  | 38,95 | 203,24                                            | 0,04            |   |            |      | 8,43                         | 79,20  | 26,20  | 0,55 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                          |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25            |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси; 667,17                                            | 25                           | 0,05                    | 1,19  | 12,73 | 61,85                                             |                 |   |            | 0,48 | 1,53                         | 0,02   | 0,14   | 0,02 |        |
| Итого                                                                           |                              | 15,29                   | 15,77 | 80,95 | 529,83                                            | 0,48            |   |            | 0,48 | 76,19                        | 299,48 | 106,99 | 2,67 | 191,24 |

Начальник ОДП *Исмаева Н.А.*

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>н, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге<br>-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                       | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак СВО 12-18 (строгое)                                                     |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Мясо птицы отварное<br>(филе индейки) ;<br>108,37                               | 40                          | 10,71                   | 12,08 |       | 151,52                                                | 0,03          |   |            |      | 8,43                         | 109,80 | 10,54 | 0,78 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с<br>растительным маслом<br>(безплотен) ; 211,35 | 134                         | 2,96                    | 4,82  | 35,81 | 199,31                                                |               |   |            | 1,76 | 4,05                         | 0,08   | 0,24  | 0,03 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                            | 200                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                                                           |                             | 13,75                   | 18,31 | 51,23 | 425,55                                                | 0,03          |   |            | 2,33 | 14,41                        | 109,91 | 10,99 | 0,83 |        |
| Обед СВО 12-18 (строгое)                                                        |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник с<br>перловой крупой (без<br>сметаны); 54,07                         | 250                         | 1,76                    | 5,28  | 12,46 | 104,60                                                | 0,05          |   |            |      | 17,71                        | 59,55  | 17,46 | 0,64 |        |
| Мясо птицы (филе<br>индейки),<br>припущенное с<br>овощами ; 233,58              | 70                          | 0,04                    | 1,10  | 0,20  | 10,91                                                 | 0,02          |   |            |      | 8,58                         | 94,78  | 9,88  | 0,69 |        |
| 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 (б/сах) ; 282,08                                                            | 200                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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                                                                           |                             | 5,71                    | 13,33 | 68,04 | 415,00                                                | 0,11          |   |            | 2,99 | 38,43                        | 235,46 | 54,90 | 1,94 | 171,36 |

Начальник ОДЦП *И.А.К.* Исламов Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |       |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|-------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р     | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Фенилкетонурия) 7-11 лет                                        |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |       |       |      |        |
| Макароны<br>безбелковые<br>(ракушки) с<br>растительным маслом;<br>211,91 | 155                         | 0,44                    | 5,20  | 15,60 | 110,95                                            |               |   |            |      | 4,42                         | 0,10  | 0,26  | 0,03 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85  | 0,85  | 0,18 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,31                                    | 35                          | 0,06                    | 1,71  | 17,37 | 85,18                                             |               |   |            |      | 1,94                         | 0,03  | 0,21  | 0,03 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10 | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                             | 1,11                    | 7,42  | 62,64 | 325,03                                            | 0,03          |   |            |      | 27,26                        | 13,08 | 11,22 | 2,66 |        |
| Обед (Фенилкетонурия) 7-11 лет                                           |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |       |       |      |        |
| Салат из<br>припущенной моркови<br>с яблоками ; 20,19                    | 80                          | 0,95                    | 4,33  | 9,32  | 80,90                                             | 0,05          |   |            |      | 21,05                        | 39,38 | 27,37 | 0,84 |        |
| Суп-поре<br>картофельный<br>вегетарианский ; 666,1                       | 250                         | 1,79                    | 10,30 | 13,48 | 154,30                                            | 0,10          |   |            | 4,59 | 15,10                        | 57,30 | 27,50 | 0,84 |        |
| Каша из крупки<br>безбелковая с<br>растительным маслом<br>; 666,55       | 175                         | 0,10                    | 5,20  | 17,00 | 115,15                                            |               |   |            |      | 0,02                         | 0,10  |       |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,31                                    | 35                          | 0,06                    | 1,71  | 17,37 | 85,18                                             |               |   |            |      | 1,94                         | 0,03  | 0,21  | 0,03 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |       |       |      |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |       | 8,80  | 0,08 |        |
| Итого                                                                    |                             | 3,54                    | 21,70 | 72,57 | 504,43                                            | 0,45          |   |            | 4,59 | 66,11                        | 96,81 | 63,88 | 1,79 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Фенилкетонурия) 12-18 лет                                       |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макароны<br>безбелковые<br>(ракушки) с<br>растительным маслом;<br>211,91 | 155                         | 0,44                    | 5,20  | 15,60 | 110,95                                            |               |   |            |      | 4,42                         | 0,10   | 0,26  | 0,03 |        |
| Котлеты морковные;<br>692,02                                             | 110                         | 2,26                    | 4,74  | 6,68  | 79,65                                             | 0,06          |   |            | 1,91 | 46,99                        | 72,23  | 35,08 | 0,73 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,15                                    | 50                          | 0,11                    | 2,39  | 25,29 | 123,22                                            |               |   |            | 0,98 | 2,98                         | 0,04   | 0,27  | 0,04 |        |
| Итого                                                                    |                             | 2,81                    | 12,33 | 57,55 | 353,72                                            | 0,06          |   |            | 2,89 | 54,69                        | 72,37  | 35,61 | 0,83 |        |
| Обед (Фенилкетонурия) 12-18 лет                                          |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Салат из<br>припущенной моркови<br>с яблоками ; 20,19                    | 80                          | 0,95                    | 4,33  | 9,32  | 80,90                                             | 0,05          |   |            |      | 21,05                        | 39,38  | 27,37 | 0,84 |        |
| Суп-пюре<br>картофельный<br>вегетарианский ; 666,1                       | 250                         | 1,79                    | 10,30 | 13,48 | 154,30                                            | 0,10          |   |            | 4,59 | 15,10                        | 57,30  | 27,50 | 0,84 |        |
| Каша из крупки<br>безбелковая с<br>растительным маслом<br>; 666,55       | 175                         | 0,10                    | 5,20  | 17,00 | 115,15                                            |               |   |            |      | 0,02                         | 0,10   |       |      |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,15                                    | 50                          | 0,11                    | 2,39  | 25,29 | 123,22                                            |               |   |            | 0,98 | 2,98                         | 0,04   | 0,27  | 0,04 |        |
| Сок фруктовый; 86,02                                                     | 200                         | 1,00                    | 0,20  | 20,20 | 92,00                                             | 0,02          |   |            | 0,20 | 14,00                        | 14,00  | 8,00  | 2,80 |        |
| Итого                                                                    |                             | 3,95                    | 22,42 | 94,69 | 604,07                                            | 0,42          |   |            | 5,77 | 53,15                        | 110,82 | 63,14 | 4,52 | 191,24 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет                       |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12           | 90                          | 10,78                   | 10,75 | 12,12 | 188,95                                            |               |   |            |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,9       | 175                         | 7,18                    | 4,64  | 42,01 | 238,68                                            | 0,10          |   |            |      | 17,66                        | 53,27  | 9,83  | 1,00 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                | 10                          | 2,63                    | 2,66  |       | 35,00                                             |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Яблоко ; 38,85                                           | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                    |                             | 23,43                   | 18,79 | 85,20 | 603,43                                            | 0,25          |   |            |      | 149,72                       | 169,76 | 40,71 | 4,54 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                          |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04       | 205                         | 1,54                    | 4,97  | 10,15 | 91,79                                             | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42 | 0,52 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                     | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10 | 0,81 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02            | 155                         | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                                            | 0,06          |   |            | 0,35 | 12,70                        | 48,15  | 13,02 | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Мандарины; 140,5                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80  | 0,08 |        |
| Итого                                                    |                             | 17,25                   | 17,57 | 66,68 | 495,99                                            | 0,36          |   |            | 0,35 | 114,70                       | 291,13 | 92,94 | 3,50 | 219,71 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<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   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной ; 54,04       | 205                         | 1,54                    | 4,97  | 10,15 | 91,79                                             | 0,04          |   |            |      | 18,56                        | 50,69  | 14,42  | 0,52 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 108,02                  | 20                          | 5,52                    | 4,87  | 0,23  | 66,43                                             | 0,02          |   |            |      | 5,25                         | 41,25  | 5,09   | 0,35 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                     | 90                          | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02            | 155                         | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                                            | 0,06          |   |            | 0,35 | 12,70                        | 48,15  | 13,02  | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Мандарины; 140,5                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                    |                             | 22,77                   | 22,44 | 66,91 | 562,42                                            | 0,38          |   |            | 0,35 | 119,95                       | 332,38 | 98,03  | 3,85 |        |
| Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)             |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы,<br>припущенное с<br>овощами ; 108,93         | 60                          | 9,49                    | 10,98 | 3,26  | 149,43                                            | 0,05          |   |            |      | 12,88                        | 74,66  | 12,11  | 0,71 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом; 175,39                | 165                         | 5,08                    | 4,95  | 22,91 | 156,25                                            | 0,17          |   |            |      | 11,04                        | 120,70 | 80,11  | 2,70 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Яблоко ; 38,85                                           | 110                         | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                    |                             | 17,41                   | 16,67 | 57,24 | 446,48                                            | 0,37          |   |            |      | 50,22                        | 246,46 | 114,72 | 6,73 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Крутий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                        | Масса 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 (Сахарный диабет) 12-18 лет                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,64           | 60/40                     | 10,84                   | 11,35 | 12,35 | 195,58                                            | 0,01          |   |            |      | 7,45                         | 6,41   | 3,69  | 0,18 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,02      | 185                       | 7,60                    | 4,70  | 44,48 | 250,78                                            | 0,11          |   |            |      | 18,32                        | 56,31  | 10,39 | 1,06 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                | 10                        | 2,63                    | 2,66  |       | 35,00                                             |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                    |                           | 23,47                   | 19,01 | 70,63 | 547,36                                            | 0,24          |   |            |      | 134,47                       | 161,72 | 32,18 | 2,21 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                         |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05        | 255                       | 1,88                    | 6,03  | 12,60 | 112,49                                            | 0,06          |   |            |      | 22,08                        | 62,46  | 17,85 | 0,65 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 108,02                  | 20                        | 5,52                    | 4,87  | 0,23  | 66,43                                             | 0,02          |   |            |      | 5,25                         | 41,25  | 5,09  | 0,35 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                     | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10 | 0,81 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02            | 155                       | 3,59                    | 4,14  | 30,45 | 173,43                                            | 0,06          |   |            | 0,35 | 12,70                        | 48,15  | 13,02 | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                    |                           | 22,47                   | 23,34 | 63,36 | 552,72                                            | 0,35          |   |            | 0,35 | 95,47                        | 344,15 | 92,66 | 3,90 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

01 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                        | Масса порци<br>и, (гр.) | Питательные<br>вещества (г) |       |       | Энерге<br>-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|----------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|-------|-------|-------------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                          |                         | Б                           | Ж     | У     |                                                       | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)               |                         |                             |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной; 54,05        | 255                     | 1,88                        | 6,03  | 12,60 | 112,49                                                | 0,06          |   |            |      | 22,08                        | 62,46  | 17,85  | 0,65 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 108,02                  | 20                      | 5,52                        | 4,87  | 0,23  | 66,43                                                 | 0,02          |   |            |      | 5,25                         | 41,25  | 5,09   | 0,35 |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                     | 90                      | 9,08                        | 8,00  | 6,28  | 134,37                                                | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10  | 0,81 |        |
| Каша кукурузная<br>вязкая с маслом;<br>548,02            | 155                     | 3,59                        | 4,14  | 30,45 | 173,43                                                | 0,06          |   |            | 0,35 | 12,70                        | 48,15  | 13,02  | 1,19 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                     | 200                     |                             |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2 | 30                      | 2,40                        | 0,30  | 13,80 | 66,00                                                 | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                    |                         | 22,47                       | 23,34 | 63,36 | 552,72                                                | 0,35          |   |            | 0,35 | 95,47                        | 344,15 | 92,66  | 3,90 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)            |                         |                             |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Мясо птицы,<br>припущенное с<br>овощами ; 101,93         | 90                      | 12,83                       | 15,66 | 5,38  | 213,29                                                | 0,07          |   |            |      | 18,94                        | 102,52 | 17,54  | 0,99 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 175,49               | 180                     | 5,56                        | 5,07  | 25,07 | 167,95                                                | 0,19          |   |            |      | 14,74                        | 132,02 | 87,89  | 2,98 |        |
| 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                                                    |                         | 20,79                       | 21,03 | 44,25 | 447,24                                                | 0,38          |   |            |      | 42,38                        | 273,54 | 118,03 | 4,87 | 191,24 |

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