

Меню дополнительного питания  
на "14" января 2026 г.

| № | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   | Цена  |
|---|-------------------------------------------------|----------|-------|-------|----------|--------|-------|
|   | Салат из свежей капусты с яблоками              | 100      | 2,30  | 10,20 | 6,60     | 128,00 | 30,00 |
|   | Салат из свежей капусты с морковью              | 100      | 2,30  | 10,20 | 6,60     | 128,00 | 30,00 |
|   | Салат из свеклы с растительным маслом           | 100      | 1,40  | 6,00  | 8,40     | 94,00  | 30,00 |
|   | Салат из свеклы с яблоками                      | 100      | 1,40  | 6,00  | 8,40     | 94,00  | 30,00 |
|   | Салат из моркови с яблоками                     | 100      | 0,99  | 5,10  | 11,70    | 99,00  | 30,00 |
|   | Щи из свежей капусты                            | 255      | 2,14  | 3,75  | 12,86    | 94,29  | 15,00 |
|   | Плов из мяса птицы                              | 180      | 14,4  | 17,66 | 38,66    | 370,75 | 60,00 |
|   | Гуляш из мяса птицы                             | 80       | 11    | 12,89 | 3,37     | 173,05 | 45,00 |
|   | Каша гречневая вязкая с маслом                  | 185      | 5,71  | 5,11  | 25,76    | 171,65 | 15,00 |
|   | Курник                                          | 75       | 8,92  | 9,20  | 21,31    | 203,31 | 40,00 |
|   | Вак-беляш                                       | 75       | 8,12  | 8,42  | 21,13    | 192,61 | 40,00 |
|   | Пирожки печеные с яблоком                       | 75       | 4,69  | 4,06  | 38,11    | 207,61 | 20,00 |
|   | Пирожки печеные с капустой                      | 75       | 5,41  | 6,68  | 30,08    | 202,39 | 20,00 |
|   | Пирожки печеные с картофелем                    | 75       | 5,37  | 5,18  | 33,47    | 201,92 | 20,00 |
|   | Плюшка московская                               | 75       | 6,48  | 5,01  | 43,73    | 245,71 | 20,00 |
|   | Дучмак с творогом                               | 75       | 14,03 | 8,09  | 23,95    | 226,60 | 40,00 |
|   | Ватрушка с творогом                             | 75       | 10,16 | 5,40  | 33,53    | 224,10 | 25,00 |
|   | Булочка домашняя                                | 75       | 6,57  | 10,09 | 47,14    | 305,59 | 25,00 |
|   | Пицца с сосисками                               | 75       | 8,81  | 10,06 | 26,16    | 234,30 | 40,00 |
|   | Сосиска в тесте                                 | 40/40    | 8,54  | 10,29 | 25,14    | 233,55 | 40,00 |
|   | Сосиска в тесте                                 | 50/50    | 10,67 | 12,86 | 31,42    | 291,81 | 50,00 |
|   | Шанежка наливная                                | 75       | 5,87  | 5,36  | 35,14    | 212,53 | 20,00 |
|   | Хлеб пшеничный для детского питания             | 30       | 2,40  | 0,30  | 16,50    | 78,00  | 5,00  |
|   | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания       | 30       | 2,40  | 0,30  | 13,80    | 66,00  | 5,00  |
|   | Чай пакетированный с сахаром                    | 200      |       |       | 9,98     | 39,90  | 10,00 |
|   | Чай витаминизированный                          | 200      |       |       | 9,80     | 39,40  | 10,00 |
|   | Сок фруктовый 0,2 в ассортименте                | 200      | 1,00  | 0,20  | 20,20    | 92,00  | 25,00 |
|   | Нектар Малышам в ассортименте                   | 200      | 0,00  | 0,00  | 24,00    | 96,00  | 35,00 |
|   | Коктейль молочный "ФрутоKids" в ассортименте    | 200      | 5,60  | 5,60  | 20,00    | 152,80 | 55,00 |
|   | Пюре детское "Черноголовка"                     | 85       | 0,34  | 0,09  | 11,90    | 51,00  | 60,00 |
|   | Напиток "Ноор"                                  | 500      | 0,00  | 0,00  | 54,20    | 211,00 | 70,00 |
|   | Напиток "Добрый" PULPY                          | 450      | 0,00  | 0,00  | 52,20    | 207,00 | 80,00 |
|   | Вода 0,33                                       | 330      |       |       |          |        | 45,00 |
|   | Батончик "Двойная радость"                      | 50       | 2,50  | 11,00 | 31,50    | 225,00 | 50,00 |
|   | Печенье "Слободка шахматная"                    | 50       | 4,50  | 6,60  | 32,60    | 208,00 | 20,00 |
|   | Печенье Сахарное "Посольское 50 гр              | 50       | 4,50  | 6,60  | 32,60    | 208,00 | 20,00 |
|   | Печенье Сэндвич                                 | 42       | 2,00  | 3,00  | 17,00    | 103,00 | 25,00 |
|   | Печенье Земляничное                             | 24       | 2,20  | 3,10  | 18,10    | 104,00 | 10,00 |
|   | Печенье Затяжное                                | 25       | 2,20  | 3,10  | 18,10    | 104,00 | 15,00 |
|   | Печенье Школьное шпиргалочка                    | 50       | 4,50  | 6,60  | 32,60    | 208,00 | 25,00 |
|   | Злаковые детские батончики Matti Kids в ассорт. | 24       | 1,20  | 2,40  | 16,60    | 93,60  | 20,00 |
|   | злаковые батончики "EGO KIDS"                   | 25       | 1,20  | 2,40  | 16,60    | 93,60  | 55,00 |
|   | злаковые батончики "БИОКЕЙ"                     | 25       | 1,20  | 2,40  | 16,60    | 93,60  | 30,00 |
|   | Фруктовые шарики с какао                        | 30       | 0,72  | 0,05  | 16,05    | 67,20  | 20,00 |
|   | Хлебцы детские "JR KORNER" в ассортименте       | 30       | 1,50  | 0,60  | 21,00    | 280,50 | 50,00 |
|   | Соломка в ассортименте                          | 40       | 3,50  | 5,60  | 31,60    | 204,00 | 25,00 |
|   | Вафли в ассортименте                            | 20       | 1,40  | 5,80  | 11,60    | 104,00 | 15,00 |
|   | Кусочки Пастиленш                               | 40       | 3,00  | 0,20  | 65,00    | 285,00 | 30,00 |
|   | Шоколад молочный "Победа"                       | 20       | 1,18  | 6,00  | 11,80    | 104,60 | 50,00 |
|   | Пастила Ассорти "Пастилушка"                    | 20       | 0,11  | 0,00  | 13,76    | 55,46  | 20,00 |
|   | Батончик мюсли "Здоровый перекус"               | 25       |       |       |          |        | 35,00 |
|   | Батончик мюсли "Здоровый перекус"               | 55       |       |       |          |        | 55,00 |
|   | Маршмеллоу Конфектум                            | 50       |       |       |          |        | 55,00 |
|   | Маршмеллоу зефирная косичка                     | 12       |       |       |          |        | 20,00 |
|   | Гематоген Бегемотик Бонди                       | 40       |       |       |          |        | 25,00 |
|   | Панкейк "Кидс"                                  | 40       | 6,50  | 5,00  | 65,00    | 330,00 | 30,00 |

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                            |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                        | 80                        | 9,56                    | 11,97 | 3,69   | 160,35                                            | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                          | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Итого                                                                           |                           | 18,32                   | 17,44 | 62,74  | 480,18                                            | 0,38          |   |            | 0,60 | 36,80                        | 234,26 | 104,98 | 4,77 | 76,96 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                               |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                   | 170                       | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62  | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |       |
| Итого                                                                           |                           | 22,46                   | 22,17 | 100,31 | 688,80                                            | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,34                        | 283,36 | 82,79  | 4,33 | 86,07 |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<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   |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 2 СМЕНА )                                          |                             |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                   | 170                         | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                                                | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                         |                         |       | 11,98  | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                                | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                                 | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                             | 22,46                   | 22,17 | 100,31 | 688,80                                                | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,34                        | 283,36 | 82,79 | 4,33 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 7-11 лет (2 СМЕНА)                                        |                             |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,5                                                     | 130                         | 14,64                   | 14,88 | 2,65   | 203,31                                                | 0,09          |   |            |      | 110,03                       | 240,00 | 18,58 | 2,72 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                                 |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                                 | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                           |                             | 18,04                   | 15,38 | 49,33  | 413,21                                                | 0,21          |   |            | 0,20 | 130,33                       | 273,50 | 30,78 | 6,30 | 160,48 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                       |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                        | 80                        | 9,56                    | 11,97 | 3,69   | 160,35                                            | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |        |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                          | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Итого                                                                           |                           | 18,32                   | 17,44 | 62,74  | 480,18                                            | 0,38          |   |            | 0,60 | 36,80                        | 234,26 | 104,98 | 4,77 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                          |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                   | 170                       | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62  | 1,33 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                       |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                           | 22,46                   | 22,17 | 100,31 | 688,80                                            | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,34                        | 283,36 | 82,79  | 4,33 | 160,48 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

  
И.П. Круглый



Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса 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   |       |
| Полдник 7-11 лет (родительская плата) |                         |                         |      |       |                                                       |               |   |            |   |                              |       |       |      |       |
| Вак-беляш ; 453,52                    | 75                      | 8,08                    | 8,50 | 21,21 | 193,35                                                | 0,09          |   |            |   | 23,41                        | 79,91 | 14,90 | 0,88 |       |
| Чай с сахаром; 283                    | 200                     |                         |      | 9,98  | 39,90                                                 |               |   |            |   | 0,30                         |       |       | 0,03 |       |
| Итого                                 |                         | 8,08                    | 8,50 | 31,19 | 233,25                                                | 0,09          |   |            |   | 23,71                        | 79,91 | 14,90 | 0,91 | 45,00 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

  

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 7-11 лет (родительская плата)                                  |                        |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты со сметаной; 53,08                             | 255                    | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы; 130,02                                          | 170                    | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                               | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                              | 200                    |                         |       | 11,98  | 47,88                                |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |       |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11                  | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |       |
| Итого                                                               |                        | 22,46                   | 22,17 | 100,31 | 688,80                               | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,34                        | 283,36 | 82,79 | 4,33 | 86,07 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 СВО 7-11 лет                                                            |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                        | 80                     | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                               | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                          | 200                    |                         |       | 11,98 | 47,88                                |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Итого                                                                           |                        | 18,32                   | 17,44 | 62,74 | 480,18                               | 0,38          |   |            | 0,60 | 36,80                        | 234,26 | 104,98 | 4,77 | 76,96 |
| Обед СВО 7-11 лет                                                               |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                    | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                   | 170                    | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                               | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62  | 1,33 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                    |                         |       | 9,98  | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 18,40 | 88,00                                | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |       |
| Итого                                                                           |                        | 22,46                   | 22,17 | 98,31 | 680,82                               | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,28                        | 283,36 | 82,79  | 4,32 | 86,07 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                 |                              | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Обед СВО 7-11 лет (2 смена)                                                     |                              |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                          | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                   | 170                          | 14,04                   | 16,36 | 37,01  | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                          |                         |       | 11,98  | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                           | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                           | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |       |
| Итого                                                                           |                              | 22,46                   | 22,17 | 100,31 | 688,80                                            | 0,46          |   |            | 1,28 | 80,34                        | 283,36 | 82,79 | 4,33 | 86,07 |
| Полдник СВО 7-11 лет (2 смена)                                                  |                              |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Омлет натуральный;<br>218,5                                                     | 130                          | 14,64                   | 14,88 | 2,65   | 203,31                                            | 0,09          |   |            |      | 110,03                       | 240,00 | 18,58 | 2,72 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                          |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| 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                                                                           |                              | 18,04                   | 15,38 | 49,33  | 413,21                                            | 0,21          |   |            | 0,20 | 130,33                       | 273,50 | 30,78 | 6,30 | 76,96 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                            |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                 | 80                          | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                            | 0,05          |   |            |   | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| 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                                                                    |                             | 17,52                   | 17,34 | 57,24 | 454,18                                            | 0,34          |   |            |   | 34,80                        | 227,76 | 103,58 | 4,52 | 89,47 |
| Обед 12-18 лет (родительская плата,) , ММС                               |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                             | 0,06          |   |            |   | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                         | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                            | 0,12          |   |            |   | 24,89                        | 203,04 | 46,93  | 1,68 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                             | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                            | 0,40          |   |            |   | 80,83                        | 308,87 | 84,50  | 4,13 | 97,64 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<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 12-18 лет СОП                                                    |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                 | 80                          | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                                | 0,05          |   |            |   | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| 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                                                                    |                             | 17,52                   | 17,34 | 57,24 | 454,18                                                | 0,34          |   |            |   | 34,80                        | 227,76 | 103,58 | 4,52 | 81,36 |
| Обед 12-18 лет СОП                                                       |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |   | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                         | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |   | 24,89                        | 203,04 | 46,93  | 1,68 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                             | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                                | 0,40          |   |            |   | 80,83                        | 308,87 | 84,50  | 4,13 | 93,10 |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(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   |        |
| обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                                 |                           |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                       | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |      | 24,89                        | 203,04 | 46,93 | 1,68 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                       |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                           | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                                | 0,40          |   |            |      | 80,83                        | 308,87 | 84,50 | 4,13 |        |
| полдник ОВЗ, инвалиды 12-18 лет ( 2 СМЕНА )                              |                           |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Омлет натуральный<br>; 218,51                                            | 150                       | 16,89                   | 17,17 | 3,05  | 234,58                                                | 0,10          |   |            |      | 126,96                       | 276,93 | 21,44 | 3,13 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                       |                         |       | 9,98  | 39,90                                                 |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                                 | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                    |                           | 20,29                   | 17,67 | 49,73 | 444,48                                                | 0,22          |   |            | 0,20 | 147,26                       | 310,43 | 33,64 | 6,71 | 177,11 |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                               |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                 | 80                         | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                                | 0,05          |   |            |   | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |        |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                   | 200                        |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| 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                                                                    |                            | 17,52                   | 17,34 | 57,24 | 454,18                                                | 0,34          |   |            |   | 34,80                        | 227,76 | 103,58 | 4,52 |        |
| Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                                  |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                        | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |   | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                        | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |   | 24,89                        | 203,04 | 46,93  | 1,68 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                        |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                            | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                                | 0,40          |   |            |   | 80,83                        | 308,87 | 84,50  | 4,13 | 177,11 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 СВО 12-18 лет                                                    |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                 | 80                         | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                                | 0,05          |   |            |   | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                   | 200                        |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| 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                                                                    |                            | 17,52                   | 17,34 | 57,24 | 454,18                                                | 0,34          |   |            |   | 34,80                        | 227,76 | 103,58 | 4,52 | 88,63 |
| Обед СВО 12-18 лет                                                       |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                        | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |   | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                        | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |   | 24,89                        | 203,04 | 46,93  | 1,68 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                        |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |   | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                            | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                                | 0,40          |   |            |   | 80,83                        | 308,87 | 84,50  | 4,13 | 96,71 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<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   |       |
| Обед СВО 12-18 лет (2 смена)                                             |                              |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                               | 255                          | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                                            | 200                          | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |      | 24,89                        | 203,04 | 46,93 | 1,68 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                          |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<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                                                                    |                              | 25,92                   | 31,33 | 94,99 | 763,09                                                | 0,40          |   |            |      | 80,83                        | 308,87 | 84,50 | 4,13 | 96,71 |
| Полдник СВО 12-18 лет (2 смена)                                          |                              |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Омлет натуральный<br>; 218,51                                            | 150                          | 16,89                   | 17,17 | 3,05  | 234,58                                                | 0,10          |   |            |      | 126,96                       | 276,93 | 21,44 | 3,13 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                          |                         |       | 9,98  | 39,90                                                 |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                                 | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| 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                                                                    |                              | 20,29                   | 17,67 | 49,73 | 444,48                                                | 0,22          |   |            | 0,20 | 147,26                       | 310,43 | 33,64 | 6,71 | 88,63 |

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 СВО 12-18 лет                                                           |                            |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                        | 80                         | 9,56                    | 11,97 | 3,69   | 160,35                                                | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |       |
| 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 с сахаром ; 283,01                                                          | 200                        |                         |       | 11,98  | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| 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                                                                           |                            | 17,52                   | 17,34 | 57,24  | 454,18                                                | 0,34          |   |            |      | 34,80                        | 227,76 | 103,58 | 4,52 | 88,63 |
| Обед СВО 12-18 лет                                                              |                            |                         |       |        |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08                                      | 255                        | 2,02                    | 5,01  | 10,92  | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77  | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                                   | 180                        | 17,20                   | 23,15 | 37,66  | 427,12                                                | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                          | 200                        |                         |       | 11,98  | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                         | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                                | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                         | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                                 | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |       |
| Итого                                                                           |                            | 25,62                   | 28,96 | 100,96 | 763,86                                                | 0,47          |   |            | 1,28 | 83,26                        | 308,17 | 85,46  | 4,51 | 96,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

  
И.П. Круглий
 

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<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   |       |
| Обед СВО 12-18 лет (2 смена)                                             |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной ; 53,39                              | 205                         | 1,64                    | 4,15  | 7,57  | 74,96                                                 | 0,05          |   |            |      | 33,58                        | 38,47  | 16,71 | 0,61 |       |
| Плов из мяса птицы ;<br>131,02                                           | 160                         | 12,73                   | 18,89 | 36,24 | 366,44                                                | 0,09          |   |            |      | 18,90                        | 147,99 | 37,43 | 1,23 |       |
| 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                                                                    |                             | 19,17                   | 23,64 | 83,51 | 623,90                                                | 0,61          |   |            |      | 67,18                        | 244,96 | 70,94 | 3,49 | 96,71 |
| Полдник СВО 12-18 лет (2 смена)                                          |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Омлет натуральный<br>; 218,51                                            | 150                         | 16,89                   | 17,17 | 3,05  | 234,58                                                | 0,10          |   |            |      | 126,96                       | 276,93 | 21,44 | 3,13 |       |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                                 |               |   |            |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                                 | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| 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                                                                    |                             | 20,29                   | 17,67 | 49,73 | 444,48                                                | 0,22          |   |            | 0,20 | 147,26                       | 310,43 | 33,64 | 6,71 | 88,63 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                                | Масса<br>порции<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 (безмолочное ) 7-11 лет                                                  |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                         | 80                          | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                                | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49 | 0,75 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                         | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                                | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                           | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| 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                                                                            |                             | 16,69                   | 18,50 | 53,58 | 446,68                                                | 0,31          |   |            | 2,50 | 30,50                        | 207,59 | 90,87 | 4,08 | 76,96 |
| Обед (безмолочное) 7-11 лет                                                      |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                         | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                    | 170                         | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                                                | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                           | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 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                                                                            |                             | 20,73                   | 21,22 | 88,53 | 627,51                                                | 0,38          |   |            |      | 71,04                        | 260,81 | 76,74 | 3,77 | 86,07 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                                | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                  |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак (безмолочное) 12-18 лет                                                  |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                         | 80                           | 10,93                   | 14,83 | 3,35  | 190,14                                            | 0,06          |   |            |      | 14,18                        | 85,72  | 12,36 | 0,82 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                          | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                            | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |       |
| 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                                                                            |                              | 18,23                   | 21,43 | 53,66 | 482,69                                            | 0,32          |   |            | 2,50 | 33,92                        | 217,92 | 92,59 | 4,29 | 89,47 |
| Обед (безмолочное) 12-18 лет                                                     |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                          | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                             | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                                    | 180                          | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29 | 1,51 |       |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                            | 200                          |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1         | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |       |
| 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                                                                            |                              | 23,89                   | 28,01 | 86,60 | 693,19                                            | 0,64          |   |            |      | 73,60                        | 285,62 | 79,41 | 3,91 | 97,64 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                 | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                   |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак (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 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 302,11        | 130                       | 4,03                    | 3,22  | 18,20 | 117,77                                            | 0,14          |   |            |      | 9,66                         | 95,66  | 63,75 | 2,16 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                            | 200                       |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| 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                                             |                           | 14,79                   | 16,49 | 42,91 | 379,02                                            | 0,17          |   |            | 0,48 | 19,98                        | 205,48 | 74,43 | 3,00 | 76,96 |
| Обед (безглютен) 7-11 лет                         |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08        | 255                       | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                             | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                     | 170                       | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |       |
| Чай с сахаром ; 283,01                            | 200                       |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |       |
| 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                                             |                           | 16,11                   | 22,56 | 72,64 | 558,65                                            | 0,16          |   |            | 0,48 | 62,27                        | 205,38 | 60,53 | 2,15 | 86,07 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 (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 |       |
| 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 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                                             |                            | 16,32                   | 18,34 | 47,78 | 421,22                                                | 0,22          |   |            | 0,48 | 25,00                        | 241,84 | 98,57 | 3,81 | 89,47 |
| Обед (безглютеновый) 12-18 лет                    |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08        | 255                        | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                     | 180                        | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                                | 0,11          |   |            |      | 22,42                        | 182,84 | 42,29 | 1,51 |       |
| 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                                             |                            | 19,27                   | 29,35 | 70,71 | 624,33                                                | 0,42          |   |            | 0,48 | 64,83                        | 230,19 | 63,20 | 2,29 | 97,64 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 (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 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                        | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                                | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |       |
| 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                                                                            |                            | 15,52                   | 19,72 | 36,83 | 386,69                                                | 0,19          |   |            | 3,07 | 20,80                        | 221,68 | 85,93 | 3,34 | 76,96 |
| Обед (строгое 7-11 лет)                                                          |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                        | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |       |
| Плов из мяса птицы<br>(филе индейки)* ;<br>131,34                                | 150                        | 12,78                   | 20,41 | 30,44 | 356,62                                                | 0,07          |   |            | 4,32 | 17,12                        | 169,30 | 34,00 | 1,25 |       |
| 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                                                                            |                            | 14,75                   | 26,08 | 55,10 | 514,91                                                | 0,13          |   |            | 4,89 | 55,53                        | 213,61 | 54,53 | 2,02 | 86,07 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                       | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |   |         |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена  |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|---------------|---|---------|------|---------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                         |                        | Б                    | Ж     | У     |                                | В1            | С | А (мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак (строгое) 12-18 лет                                             |                        |                      |       |       |                                |               |   |         |      |                           |        |       |      |       |
| Мясо птицы отварное (филе индейки) ; 108,37                             | 40                     | 10,71                | 12,08 |       | 151,52                         | 0,03          |   |         |      | 8,43                      | 109,80 | 10,54 | 0,78 |       |
| Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах) ; 175,18 | 155                    | 4,73                 | 6,23  | 21,41 | 160,45                         | 0,16          |   |         | 2,50 | 10,44                     | 111,85 | 75,18 | 2,54 |       |
| 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                                                                   |                        | 15,52                | 19,72 | 36,83 | 386,69                         | 0,19          |   |         | 3,07 | 20,80                     | 221,68 | 85,93 | 3,34 | 89,47 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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       |                        |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18     | 250                    | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |       |
| Плов из мяса птицы<br>(филе индейки)* ;<br>131,83 | 180                    | 15,78                   | 24,80 | 37,30 | 436,73                               | 0,08          |   |            |      | 21,14                        | 207,08 | 42,20 | 1,57 |       |
| 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                                             |                        | 17,75                   | 30,47 | 61,96 | 595,02                               | 0,14          |   |            | 0,57 | 59,55                        | 251,39 | 62,73 | 2,34 | 97,64 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 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 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                        | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                                | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |        |
| 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                                                                            |                            | 15,52                   | 19,72 | 36,83 | 386,69                                                | 0,19          |   |            | 3,07 | 20,80                        | 221,68 | 85,93 | 3,34 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( строгое)                                            |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                        | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |        |
| Плов из мяса птицы<br>(филе индейки)* ;<br>131,34                                | 150                        | 12,78                   | 20,41 | 30,44 | 356,62                                                | 0,07          |   |            | 4,32 | 17,12                        | 169,30 | 34,00 | 1,25 |        |
| 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                                                                            |                            | 14,75                   | 26,08 | 55,10 | 514,91                                                | 0,13          |   |            | 4,89 | 55,53                        | 213,61 | 54,53 | 2,02 | 160,48 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 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 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                        | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                                | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |        |
| 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                                                                            |                            | 15,52                   | 19,72 | 36,83 | 386,69                                                | 0,19          |   |            | 3,07 | 20,80                        | 221,68 | 85,93 | 3,34 |        |
| обед ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( строгое )                                          |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                        | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |        |
| Плов из мяса птицы<br>(филе индейки)* ;<br>131,83                                | 180                        | 15,78                   | 24,80 | 37,30 | 436,73                                                | 0,08          |   |            |      | 21,14                        | 207,08 | 42,20 | 1,57 |        |
| 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                                                                            |                            | 17,75                   | 30,47 | 61,96 | 595,02                                                | 0,14          |   |            | 0,57 | 59,55                        | 251,39 | 62,73 | 2,34 | 177,11 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                                | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                  |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                                     |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                                         | 80                        | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                            | 0,05          |   |            |      | 13,70                        | 76,24  | 11,49 | 0,75 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                       | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                            | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                           | 200                       |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27    | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 19,25 | 91,00                                             | 0,12          |   |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90  | 0,88 |        |
| Итого                                                                            |                           | 17,09                   | 18,55 | 56,33 | 459,68                                            | 0,33          |   |            | 2,50 | 31,50                        | 210,84 | 91,57 | 4,21 |        |
| Обед 7-11 лет (безмолочное ОВЗ, инвалиды)                                        |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                       | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                             | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                                    | 170                       | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                                            | 0,10          |   |            |      | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                           | 200                       |                         |       | 11,98 | 47,88                                             |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 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                                                                            |                           | 20,73                   | 21,22 | 88,53 | 627,51                                            | 0,38          |   |            |      | 71,04                        | 260,81 | 76,74 | 3,77 | 160,48 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                 | Масса<br>порции<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 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 |        |
| 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 с сахаром ; 283,01                            | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| 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                                             |                             | 16,32                   | 18,34 | 49,78 | 429,20                                                | 0,22          |   |            | 0,48 | 25,06                        | 241,84 | 98,57 | 3,82 |        |
| обед ОВЗ,инвалиды 12-18 лет ( безглютеновое)      |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной; 53,08        | 255                         | 2,02                    | 5,01  | 10,92 | 96,86                                                 | 0,06          |   |            |      | 40,88                        | 47,33  | 20,77 | 0,76 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,04                     | 200                         | 19,10                   | 25,72 | 41,79 | 474,35                                                | 0,12          |   |            |      | 24,89                        | 203,04 | 46,93 | 1,68 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                            | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |       | 0,04 |        |
| Хлеб 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                                             |                             | 21,17                   | 31,92 | 77,42 | 680,94                                                | 0,18          |   |            | 0,48 | 67,66                        | 250,39 | 67,84 | 2,50 | 177,11 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 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 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 |       |
| Каша гречневая вязкая<br>без молока с<br>растительным маслом<br>(б/сах) ; 175,18 | 155                        | 4,73                    | 6,23  | 21,41 | 160,45                                                | 0,16          |   |            | 2,50 | 10,44                        | 111,85 | 75,18 | 2,54 |       |
| 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                                                                            |                            | 15,52                   | 19,72 | 36,83 | 386,69                                                | 0,19          |   |            | 3,07 | 20,80                        | 221,68 | 85,93 | 3,34 | 88,63 |
| Обед СВО 12-18 (строгое)                                                         |                            |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                                    | 250                        | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32 | 0,75 |       |
| Плов из мяса птицы<br>(филе индейки)* ;<br>131,83                                | 180                        | 15,78                   | 24,80 | 37,30 | 436,73                                                | 0,08          |   |            |      | 21,14                        | 207,08 | 42,20 | 1,57 |       |
| 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                                                                            |                            | 17,75                   | 30,47 | 61,96 | 595,02                                                | 0,14          |   |            | 0,57 | 59,55                        | 251,39 | 62,73 | 2,34 | 96,71 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<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 (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 с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| 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                                                                    |                             | 0,94                    | 7,35  | 62,22 | 318,81                                                | 0,03          |   |            |      | 24,32                        | 12,23  | 10,37  | 2,52 |        |
| Обед (фенилкетонурия) 7-11 лет                                           |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из свеклы с<br>растительным маслом<br>шк; 25,7                     | 60                          | 0,85                    | 3,65  | 4,96  | 56,05                                                 | 0,01          |   |            |      | 23,08                        | 24,32  | 12,54  | 0,81 |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                            | 250                         | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32  | 0,75 |        |
| Котлеты морковные ;<br>692                                               | 200                         | 4,52                    | 9,48  | 13,36 | 159,29                                                | 0,12          |   |            | 3,81 | 93,98                        | 144,45 | 70,15  | 1,47 |        |
| Чай с сахаром ; 283,01                                                   | 200                         |                         |       | 11,98 | 47,88                                                 |               |   |            |      | 0,36                         |        |        | 0,04 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,31                                    | 35                          | 0,06                    | 1,71  | 17,37 | 85,18                                                 |               |   |            |      | 1,94                         | 0,03   | 0,21   | 0,03 |        |
| 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                                                                    |                             | 8,32                    | 19,30 | 77,11 | 523,97                                                | 0,21          |   |            | 4,01 | 169,84                       | 227,08 | 111,22 | 5,90 | 160,48 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<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 (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 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                       | 200                         |                         |       | 9,98  | 39,90                                                 |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,19                                    | 40                          | 0,09                    | 1,94  | 20,07 | 98,16                                                 |               |   |            | 0,79 | 2,32                         | 0,04   | 0,23   | 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                                                                    |                             | 0,97                    | 7,58  | 62,92 | 323,81                                                | 0,03          |   |            | 0,79 | 24,64                        | 12,24  | 10,39  | 2,51 |        |
| Обед (фенилкетонурия) 12-18 лет                                          |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из свеклы с<br>растительным маслом<br>шк; 25,7                     | 60                          | 0,85                    | 3,65  | 4,96  | 56,05                                                 | 0,01          |   |            |      | 23,08                        | 24,32  | 12,54  | 0,81 |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны) ; 53,18                            | 250                         | 1,89                    | 4,26  | 9,24  | 83,57                                                 | 0,06          |   |            |      | 36,48                        | 44,28  | 20,32  | 0,75 |        |
| Котлеты морковные ;<br>692                                               | 200                         | 4,52                    | 9,48  | 13,36 | 159,29                                                | 0,12          |   |            | 3,81 | 93,98                        | 144,45 | 70,15  | 1,47 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                         |                         |       | 9,40  | 38,50                                                 | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,19                                    | 40                          | 0,09                    | 1,94  | 20,07 | 98,16                                                 |               |   |            | 0,79 | 2,32                         | 0,04   | 0,23   | 0,03 |        |
| 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                                                                    |                             | 8,35                    | 19,53 | 77,23 | 527,57                                                | 0,46          |   |            | 4,80 | 169,86                       | 227,09 | 111,24 | 5,86 | 177,11 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса<br>порции<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 (Сахарный диабет) 7-11 лет                           |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 236,01                     | 80                          | 9,56                    | 11,97 | 3,69  | 160,35                                                | 0,05          |   |            |   | 13,70                        | 76,24  | 11,49  | 0,75 |        |
| 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                                                        |                             | 17,52                   | 17,34 | 42,56 | 394,30                                                | 0,36          |   |            |   | 37,14                        | 247,26 | 111,98 | 4,63 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                              |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без картофеля)<br>сах.диабет; 53,23 | 255                         | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                                                 | 0,04          |   |            |   | 46,64                        | 44,33  | 20,56  | 0,68 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                | 170                         | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                                                | 0,10          |   |            |   | 19,50                        | 158,03 | 39,62  | 1,33 |        |
| 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                                                        |                             | 18,19                   | 21,53 | 56,83 | 494,12                                                | 0,26          |   |            |   | 74,84                        | 241,36 | 72,78  | 2,91 | 160,48 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса<br>порции<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   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                    |                             |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без картофеля)<br>сах.диабет; 53,23 | 255                         | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                                                 | 0,04          |   |            |   | 46,64                        | 44,33  | 20,56 | 0,68 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>130,02                                | 170                         | 14,04                   | 16,36 | 37,01 | 352,06                                                | 0,10          |   |            |   | 19,50                        | 158,03 | 39,62 | 1,33 |        |
| 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                                                        |                             | 18,19                   | 21,53 | 56,83 | 494,12                                                | 0,26          |   |            |   | 74,84                        | 241,36 | 72,78 | 2,91 |        |
| Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 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 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 302                      | 155                         | 4,77                    | 4,86  | 21,48 | 148,55                                                | 0,16          |   |            |   | 11,64                        | 113,25 | 75,18 | 2,55 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                         | 200                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2     | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                                 | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                        |                             | 17,95                   | 15,91 | 47,40 | 403,50                                                | 0,28          |   |            |   | 26,10                        | 157,64 | 90,66 | 3,60 | 160,48 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса 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 (Сахарный диабет) 12-18 лет                          |                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 85,01                      | 80                      | 11,00                   | 12,89 | 3,37  | 173,05                                                | 0,06          |   |            |   | 14,24                        | 86,23  | 12,46  | 0,82 |        |
| 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 |        |
| 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                                                        |                         | 21,59                   | 20,92 | 42,24 | 442,00                                                | 0,37          |   |            |   | 137,68                       | 317,25 | 118,45 | 4,77 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                             |                         |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без картофеля)<br>сах.диабет; 53,23 | 255                     | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                                                 | 0,04          |   |            |   | 46,64                        | 44,33  | 20,56  | 0,68 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                | 180                     | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                                | 0,11          |   |            |   | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                         | 200                     |                         |       |       |                                                       |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2     | 30                      | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                                 | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Яблоко ; 38,85                                               | 110                     | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                                 | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                        |                         | 21,79                   | 28,76 | 74,75 | 643,98                                                | 0,30          |   |            |   | 95,36                        | 278,27 | 85,35  | 5,51 | 177,11 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

14 января 2026 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                              |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                   |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Щи из свежей капусты<br>(без картофеля)<br>сах.диабет; 53,23 | 255                          | 1,75                    | 4,87  | 6,02  | 76,06                                             | 0,04          |   |            |   | 46,64                        | 44,33  | 20,56  | 0,68 |        |
| Плов из мяса птицы;<br>131,03                                | 180                          | 17,20                   | 23,15 | 37,66 | 427,12                                            | 0,11          |   |            |   | 22,42                        | 182,84 | 42,29  | 1,51 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                         | 200                          |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2     | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Яблоко ; 38,85                                               | 110                          | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                        |                              | 21,79                   | 28,76 | 74,75 | 643,98                                            | 0,30          |   |            |   | 95,36                        | 278,27 | 85,35  | 5,51 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 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 |        |
| 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                                                        |                              | 18,74                   | 16,12 | 50,99 | 422,90                                            | 0,31          |   |            |   | 29,20                        | 176,41 | 103,37 | 4,03 | 177,11 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.