СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 декабря 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак 5-11кл														
Каша молочная манная жидкая 200; 205	200	6,16	8,24	30,32	160,00	0,07	0,54			#####		19,31	0,42	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,20		9,30	38,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	4,00	1,00	35,00	135,00									
Итого		10,36	9,24	74,62	333,00	0,07	1,66			#####		20,04	0,48	78,02
Обед 5-11кл														
Щи "Новогородские"(уфа) 250; 285	250	2,09	6,33	8,49	89,00	0,05	12,00			31,82		19,09	0,70	
Рыба тушеная в томате с овощами 100Н(***); 80	100	8,90	4,40	4,70	94,00	0,01	1,30			8,09		9,68	0,29	
Картофель отварной 180/10(***); 144	180	3,60	7,45	27,08	198,00	0,16	7,44			17,72		38,50	1,52	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	30,90	123,00	0,06	0,11			14,19		8,07	0,89	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 60; 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		19,41	19,36	96,97	629,40	0,38	25,95			71,82		75,34	5,56	90,02

Начальник ОДДП _____

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____

Школьное меню для организации питания обучающихся.

30 декабря 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность* (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак 1-4кл														
Каша молочная манная жидкая 150; 205	150	4,58	6,17	22,75	166,00	0,01	0,04			97,28		14,48	0,00	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,20		9,30	38,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	4,00	1,00	35,00	135,00									
Итого		8,78	7,17	67,05	339,00	0,01	1,16			#####		15,21	0,06	71,09
Обед 1-4кл														
Щи "Новогородские"(уфа) 200; 285.01	200	1,67	5,06	6,79	71,20	0,04	9,60			25,46		15,27	0,56	
Рыба тушеная в томате с овощами 90Н/***); 80	90	8,01	3,95	4,23	84,60	0,01	1,17			7,28		8,71	0,26	
Картофель отварной 150/5(***); 144	150	3,00	3,68	22,58	141,75	0,13	6,20			14,40		32,09	1,26	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	30,90	123,00	0,06	0,11			14,19		8,07	0,89	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный - 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		17,50	13,87	90,30	545,95	0,33	22,18			61,33		64,14	5,13	79,73

Начальник ОДОП _____