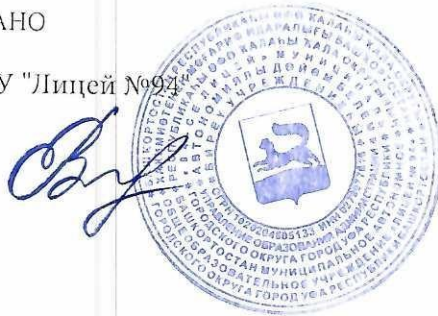


СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                                 |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |       |
| Завтрак ( 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                                | 200                          | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                           | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Итого                                                                           |                              | 18,49                   | 17,51 | 63,16 | 486,40                                            | 0,38          |   |            | 0,60 | 39,74                        | 235,11 | 105,83 | 4,91 | 86,77 |
| Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет ), ММС                               |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| 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 |       |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                       | 100                          | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |       |
| Итого                                                                           |                              | 22,37                   | 26,84 | 92,61 | 701,90                                            | 0,64          |   |            |      | 186,18                       | 244,96 | 84,94  | 3,59 | 95,41 |

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 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 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                             | 22,37                   | 26,84 | 92,61 | 701,90                                            | 0,64          |   |            |      | 186,18                       | 244,96 | 84,94 | 3,59 |        |
| 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 | 180,11 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

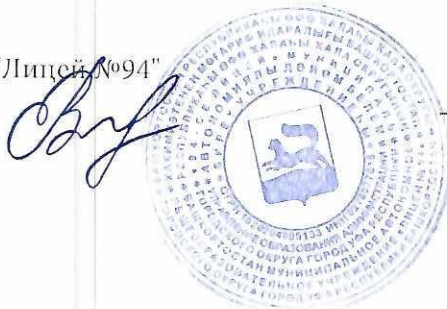
22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 СМЕНА )                                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                                | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Итого                                                                           |                           | 18,49                   | 17,51 | 63,16 | 486,40                                            | 0,38          |   |            | 0,60 | 39,74                        | 235,11 | 105,83 | 4,91 |        |
| Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 1 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 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                       | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                           |                           | 22,37                   | 26,84 | 92,61 | 701,90                                            | 0,64          |   |            |      | 186,18                       | 244,96 | 84,94  | 3,59 | 180,11 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермоласва



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

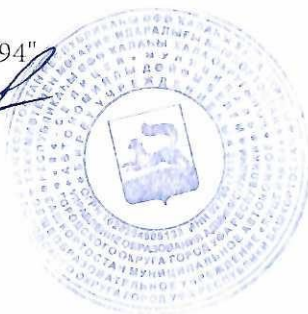
22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>н, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Обед СВО 7-11 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 |       |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |       |
| Итого                                                                    |                             | 22,37                   | 26,84 | 92,61 | 701,90                                            | 0,64          |   |            |      | 186,18                       | 244,96 | 84,94 | 3,59 | 95,41 |
| 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 | 71,09 |

Исполнитель ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермоласва

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

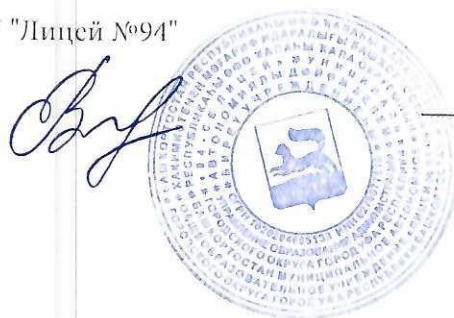
| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|-------|
|                                                                                 |                           | 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 витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                                | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |       |
| Итого                                                                           |                           | 18,49                   | 17,51 | 63,16 | 486,40                               | 0,38          |   |            | 0,60 | 39,74                        | 235,11 | 105,83 | 4,91 | 86,77 |
| Обед СВО 7-11 лет                                                               |                           |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |       |
| 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 |       |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания ; 476,01                       | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 9,10  | 78,00                                | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |       |
| Итого                                                                           |                           | 22,37                   | 26,84 | 92,61 | 701,90                               | 0,64          |   |            |      | 186,18                       | 244,96 | 84,94  | 3,59 | 79,73 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"

Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

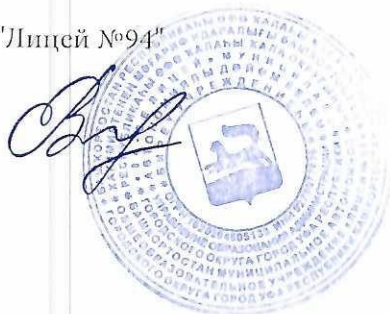
22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(к.кал) | 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); 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 |       |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника,<br>283,19                         | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                              |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                              | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |       |
| Итого                                                                    |                             | 19,13                   | 18,33 | 57,34 | 473,10                                             | 0,35          |   |            |   | 38,28                        | 238,60 | 105,40 | 4,73 | 83,02 |
| 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>131,03                                            | 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                                                                    |                             | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,48                                             | 0,64          |   |            |   | 78,00                        | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 95,02 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

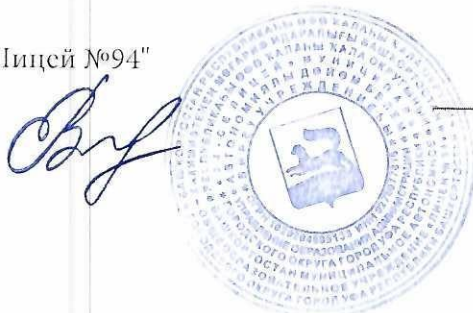
22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| обед 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>131,03                                                   | 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 ;<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 | 98,38 | 754,48                                            | 0,72          |   |            | 1,28 | 82,90                        | 308,17 | 85,46 | 4,47 |        |
| 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 | 191,24 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>н, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                               |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| 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 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                          | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                    |                              | 19,13                   | 18,33 | 57,34 | 473,10                                            | 0,35          |   |            |   | 38,28                        | 238,60 | 105,40 | 4,73 |        |
| 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>131,03                                            | 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                                                                    |                              | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,48                                            | 0,64          |   |            |   | 78,00                        | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 191,24 |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак СВО 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 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                       | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                    |                           | 19,13                   | 18,33 | 57,34 | 473,10                                            | 0,35          |   |            |   | 38,28                        | 238,60 | 105,40 | 4,73 |        |
| 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<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                       |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                           | 24,02                   | 28,76 | 88,28 | 706,48                                            | 0,64          |   |            |   | 78,00                        | 288,67 | 79,86  | 3,92 | 171,36 |

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

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед СВО 12-18 лет (2 смена)                                                    |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 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 | 98,38 | 754,48                                            | 0,72          |   |            | 1,28 | 82,90                        | 308,17 | 85,46 | 4,47 |        |
| 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 | 171,36 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                                | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена  |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|-------|
|                                                                                  |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак (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 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                                                                            |                           | 16,86                   | 18,57 | 54,00 | 452,90                                            | 0,31          |   |            | 2,50 | 33,44                        | 208,44 | 91,72 | 4,22 | 86,77 |
| Обед (безмолочное) 7-11 лет                                                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |       |
| Щи из свежей капусты<br>(без сметаны); 53,17                                     | 200                       | 1,51                    | 3,40  | 7,39  | 66,86                                             | 0,05          |   |            |      | 29,18                        | 35,42  | 16,26 | 0,60 |       |
| Плов из мяса птицы;<br>130,08                                                    | 150                       | 12,39                   | 14,44 | 32,66 | 310,64                                            | 0,08          |   |            |      | 17,21                        | 139,44 | 34,96 | 1,18 |       |
| 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 |       |
| Яблоко ; 38,85                                                                   | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |       |
| Итого                                                                            |                           | 19,14                   | 18,88 | 97,02 | 634,80                                            | 0,63          |   |            |      | 78,69                        | 245,46 | 77,92 | 5,85 | 95,41 |

Начальник ОДП  Исламов Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. ЕрмолаеваУТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                              | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (фенилкетонурия) 7-11 лет                                        |                              |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Макароны<br>безбелковые<br>(ракушки) с<br>растительным маслом;<br>211,91 | 155                          | 0,44                    | 5,20  | 15,60 | 110,95                                            |               |   |            |      | 4,42                         | 0,10   | 0,26   | 0,03 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                         | 200                          | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |      | 3,30                         | 0,85   | 0,85   | 0,18 |        |
| Хлеб из безбелковой<br>смеси ; 667,31                                    | 35                           | 0,06                    | 1,71  | 17,37 | 85,18                                             |               |   |            |      | 1,94                         | 0,03   | 0,21   | 0,03 |        |
| 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                                                                    |                              | 1,67                    | 7,18  | 65,57 | 342,23                                            | 0,02          |   |            | 0,20 | 23,66                        | 14,98  | 9,32   | 3,04 |        |
| 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<br>витаминизированный<br>; 282,15                                    | 200                          |                         |       | 9,40  | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| 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                                                                    |                              | 7,76                    | 19,54 | 71,60 | 497,39                                            | 0,47          |   |            | 3,81 | 173,08                       | 225,18 | 113,12 | 5,48 | 180,11 |

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

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (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 |        |
| 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                                                                    |                           | 20,15                   | 20,00 | 42,56 | 429,30                                            | 0,36          |   |            |   | 137,14                       | 307,26 | 117,48 | 4,70 |        |
| 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>131,02                                           | 160                       | 12,73                   | 18,89 | 36,24 | 366,44                                            | 0,09          |   |            |   | 18,90                        | 147,99 | 37,43  | 1,23 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |   | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 20,08                   | 27,26 | 60,56 | 570,50                                            | 0,28          |   |            |   | 193,24                       | 231,32 | 84,59  | 2,91 | 180,11 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса<br>порции,<br>г. | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                              |                        | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (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 | 191,24 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева

И.П. Круглый



Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                            | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                              |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Обед (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 | 191,24 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.УфаДиректор МАОУ "Лицей №94"  
Е.В. Ермолаева

И.П. Крутлый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>г (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                                |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| 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>131,02                                           | 160                         | 12,73                   | 18,89 | 36,24 | 366,44                                            | 0,09          |   |            |   | 18,90                        | 147,99 | 37,43 | 1,23 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                         |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |   | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                             | 20,08                   | 27,26 | 60,56 | 570,50                                            | 0,28          |   |            |   | 193,24                       | 231,32 | 84,59 | 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 |        |
| 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                                                                    |                             | 20,58                   | 18,57 | 47,40 | 438,50                                            | 0,28          |   |            |   | 126,10                       | 217,64 | 96,16 | 3,67 | 180,11 |

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