

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

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
И.П.Круглый

Меню дополнительного питания  
на "03" декабря 2025 г.

| № | Наименование                                   | Всего | Без соли | Жиры  | Углеводы | Калл   | 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 |
|   | Вырушка 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 "Нюс"                                  | 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 пшаргалочка                   | 50    | 4,50     | 6,60  | 32,60    | 208,00 | 25,00 |
|   | Злаковые детские батончики Mini 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 Пастилы                                | 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    |          |       |          |        | 20,00 |
|   | Маршмеллоу зефирная косичка                    | 12    |          |       |          |        | 25,00 |
|   | Гематоген Бегемотик Бонди                      | 40    |          |       |          |        | 30,00 |
|   | Панкейк "Кидс"                                 | 40    | 6,50     | 5,00  | 65,00    | 330,00 |       |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ( 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>1,29 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,45                                             | 90                        |                         |       | 9,00  | 36,00                                             |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| Итого                                                                         |                           | 17,69                   | 17,41 | 66,66 | 496,40                                            | 0,34          |   |            |   | 37,74                        | 228,61 | 104,43 | 4,66 | 126,37 |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                              | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                         |                           | 23,01                   | 27,00 | 98,61 | 732,30                                            | 0,69          |   |            |   | 214,18                       | 244,96 | 93,74  | 3,67 | 135,01 |

СОГЛАСОВАНО

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




УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                               |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет ( 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; 175,54                                     | 165                         | 5,14                    | 3,51  | 23,22 | 144,88                                            | 0,17          |   |            |   | 12,52                        | 121,89 | 81,42 | 2,76 |        |
| Чай витаминный с<br>плодами шиповника;<br>283,19                              | 200                         | 0,17                    | 0,07  | 12,40 | 54,10                                             |               |   |            |   | 3,30                         | 0,85   | 0,85  | 0,18 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,29 | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,45                                             | 90                          |                         |       | 9,00  | 36,00                                             |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Итого                                                                         |                             | 17,27                   | 15,85 | 64,81 | 473,33                                            | 0,32          |   |            |   | 35,52                        | 218,48 | 97,96 | 4,44 |        |
| 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 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

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




УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80  | 0,08 |        |
| Итого                                                                    |                             | 23,01                   | 27,00 | 98,61 | 732,30                                            | 0,69          |   |            |      | 214,18                       | 244,96 | 93,74 | 3,67 |        |
| 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 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №94"  
Ермолаева Е.В.УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

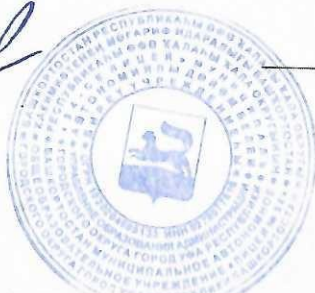
| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |       |        |        | Цена |        |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|-------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р     | Mg     | Fe     |      |        |
| Завтрак 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>1,29 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   |                              | 6,00  | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,46                                             | 85                        |                         |       | 10,12 | 39,95                                             |               |   |            |   |                              |       |        |        |      |        |
| Итого                                                                         |                           | 17,69                   | 17,41 | 67,78 | 500,35                                            | 0,34          |   |            |   |                              | 37,74 | 228,61 | 104,43 | 4,66 | 126,37 |
| 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 с сахаром; 283                                                            | 200                       |                         |       | 9,98  | 39,90                                             |               |   |            |   |                              | 0,30  |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1      | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                             | 0,10          |   |            |   |                              | 6,00  | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                      | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   |                              | 8,70  | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                                         |                           | 19,17                   | 23,64 | 84,09 | 625,30                                            | 0,36          |   |            |   |                              | 67,48 | 244,96 | 70,94  | 3,52 | 79,73  |

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.



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

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


Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед СВО 7-11 лет (2 смена)                                              |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80  | 0,08 |        |
| Итого                                                                    |                           | 23,01                   | 27,00 | 98,61 | 732,30                                            | 0,69          |   |            |   | 214,18                       | 244,96 | 93,74 | 3,67 | 135,01 |
| 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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                           | 17,48                   | 15,62 | 46,40 | 396,01                                            | 0,22          |   |            |   | 133,93                       | 271,60 | 32,68 | 5,92 | 71,09  |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Крутлий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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



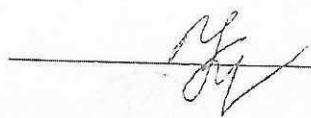
СОГЛАСОВАНО

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




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                             | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА )                               |                             |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |        |      |        |
| 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 ОДП  Исламова Н.А.



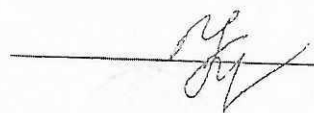
СОГЛАСОВАНО

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




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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

СОГЛАСОВАНО

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




УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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



СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                                | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                  |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (безмолочное) 7-11 лет                                                   |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| 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 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,46                                                | 85                          |                         |       | 10,12  | 39,95                                             |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Итого                                                                            |                             | 16,86                   | 18,57 | 64,12  | 492,85                                            | 0,31          |   |            | 2,50 | 33,44                        | 208,44 | 91,72 | 4,22 | 126,37 |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                                 | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00   | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80  | 0,08 |        |
| 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                                                                            |                             | 20,34                   | 18,80 | 105,95 | 682,40                                            | 0,67          |   |            | 0,20 | 103,09                       | 247,36 | 84,82 | 6,31 | 135,01 |

Начальник ОДП Исламов Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Лицей №91"  
Ермолаева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (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 |        |
| Пюре детское<br>фруктовое; 667,46                                        | 85                        |                         |       | 10,12 | 39,95                                             |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Итого                                                                    |                           | 0,67                    | 6,98  | 55,49 | 290,18                                            |               |   |            |      | 9,66                         | 0,98   | 1,32   | 0,24 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                        | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                             | 0,05          |   |            |      | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| 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                                                                    |                           | 8,96                    | 19,46 | 80,53 | 544,99                                            | 0,51          |   |            | 4,01 | 197,48                       | 227,08 | 120,02 | 5,94 | 219,71 |

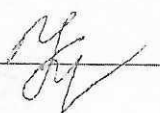
Назначник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порци<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге<br>-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                          |                            | Б                       | Ж     | У     |                                                       | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак (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 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                        | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                                 | 0,03          |   |            |   | 17,60                        | 12,10  | 9,90   | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                            | 20,59                   | 20,44 | 59,83 | 504,10                                                | 0,39          |   |            |   | 154,74                       | 319,36 | 127,38 | 7,12 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                         | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                                 | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| 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                                                                    |                            | 20,72                   | 27,42 | 66,56 | 600,90                                                | 0,33          |   |            |   | 221,24                       | 231,32 | 93,39  | 2,99 | 249,71 |

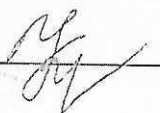
Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

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

 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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

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

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(к.кал) | 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                              | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| 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                                                                    |                             | 20,72                   | 27,42 | 66,56 | 600,90                                             | 0,33          |   |            |   | 221,24                       | 231,32 | 93,39  | 2,99 |        |
| 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 |        |
| Мандарины; 140,5                                                         | 80                          | 0,64                    | 0,16  | 6,00  | 30,40                                              | 0,05          |   |            |   | 28,00                        |        | 8,80   | 0,08 |        |
| Итого                                                                    |                             | 21,22                   | 18,73 | 53,40 | 468,90                                             | 0,33          |   |            |   | 154,10                       | 217,64 | 104,96 | 3,75 | 219,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа


 И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2025 г.

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