

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

УТВЕРЖДАЮ

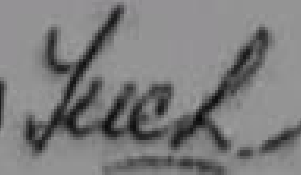
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

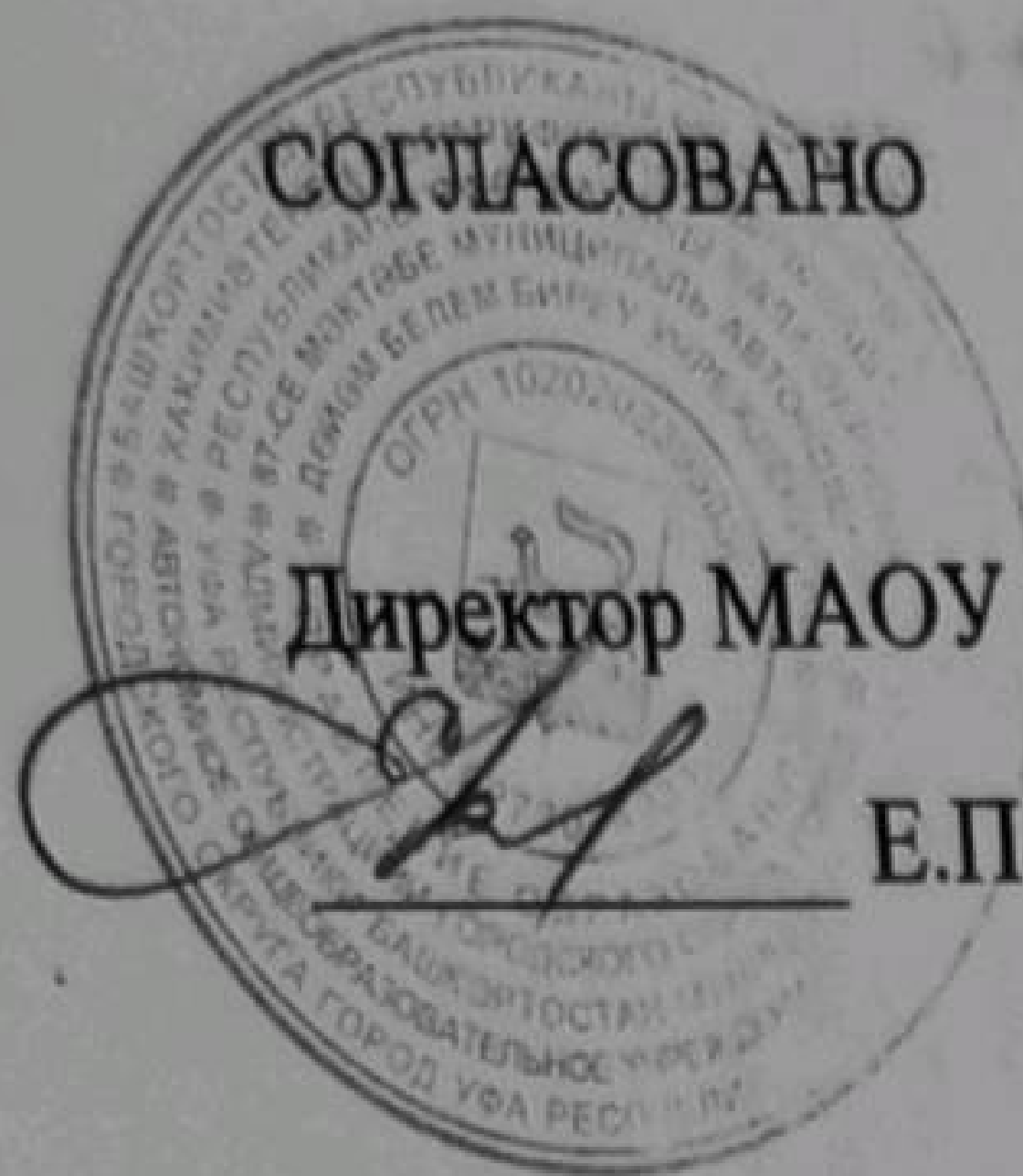
И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет), ММС,СВО														
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,50	0,07				39,51	138,56	33,75	0,62	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211	170	7,00	3,89	41,01	227,23	0,10				17,15	51,75	9,60	0,98	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для 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		19,14	12,36	94,16	570,61	0,29			0,20	77,02	223,81	55,55	5,19	86,46
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет), ММС, СВО														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,25	90	9,40	10,38	7,74	162,42	0,01				2,41	5,26	2,59	0,12	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,05	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,13	45	3,60	0,45	20,70	99,00	0,18			0,77	13,05	58,50	18,90	1,35	
Итого		23,69	19,38	109,54	705,43	0,64			1,45	94,70	273,73	103,23	5,39	95,57

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

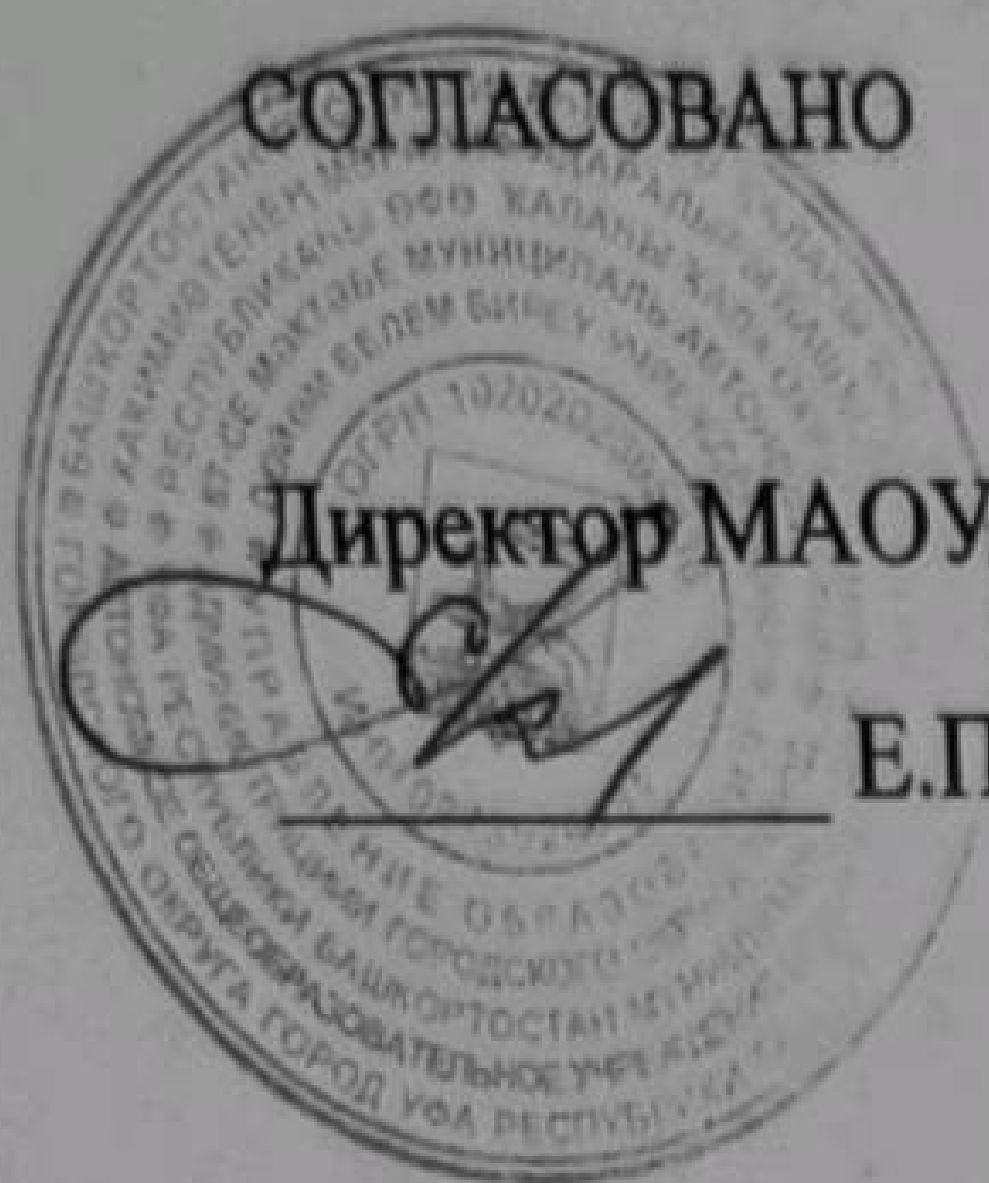
И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,50	0,07				39,51	138,56	33,75	0,62	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211	170	7,00	3,89	41,01	227,23	0,10				17,15	51,75	9,60	0,98	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для 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		19,14	12,36	94,16	570,61	0,29			0,20	77,02	223,81	55,55	5,19	
Обед ОВЗ,инвалиды 7-11 лет (1 СМЕНА)														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,25	90	9,40	10,38	7,74	162,42	0,01				2,41	5,26	2,59	0,12	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		21,29	19,08	94,39	633,43	0,53				87,35	244,48	94,83	4,56	172,53

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.



Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак 12-18 лет (родительская плата,) , ММС														
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,50	0,07				39,51	138,56	33,75	0,62	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211	170	7,00	3,89	41,01	227,23	0,10				17,15	51,75	9,60	0,98	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10					2,40	3,00		0,02	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
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		20,02	19,71	99,79	662,71	0,33			0,80	81,42	233,31	56,95	5,46	89,47
Обед 12-18 лет (родительская плата,) , ММС														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,81	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01				3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		21,35	19,53	94,65	638,83	0,53				88,03	245,67	95,59	4,59	97,64

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

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,50	0,07				39,51	138,56	33,75	0,62	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211	170	7,00	3,89	41,01	227,23	0,10				17,15	51,75	9,60	0,98	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10					2,40	3,00		0,02	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для 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		19,22	19,61	94,29	636,71	0,29			0,20	79,42	226,81	55,55	5,21	
Обед ОВЗ, инвалиды 12-18 лет (1 СМЕНА)														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,81	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01				3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		21,35	19,53	94,65	638,83	0,53				88,03	245,67	95,59	4,59	177,11

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак СВО 12-18 лет														
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,50	0,07				39,51	138,56	33,75	0,62	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211	170	7,00	3,89	41,01	227,23	0,10				17,15	51,75	9,60	0,98	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10					2,40	3,00		0,02	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для 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		19,22	19,61	94,29	636,71	0,29			0,20	79,42	226,81	55,55	5,21	88,63
Обед СВО 12-18 лет														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Тефтели из говядины с томатным соусом ; 502,81	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01				3,09	6,45	3,35	0,15	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого		21,35	19,53	94,65	638,83	0,53				88,03	245,67	95,59	4,59	96,71

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

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Школа № 87

Е.П. Камышлова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 октября 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (безглютен) 7-11 лет														
Рыба запеченная с овощами (без муки) ; 591,46	90	8,33	7,92	1,85	112,63	0,07				38,83	135,33	33,15	0,58	
Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом ; 547,01	134	3,08	4,44	26,34	157,65	0,05				10,00	40,52	11,28	1,02	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб из безбелковой смеси; 667,17	25	0,05	1,19	12,73	61,85				0,48	1,53	0,02	0,14	0,02	
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		12,46	13,75	73,10	472,01	0,14			0,68	64,72	189,87	52,57	4,46	86,46
Обед (безглютен) 7-11 лет														
Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11	250	2,73	3,16	16,18	104,23	0,11				20,16	70,15	37,14	1,33	
Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами ; 233,43	60	7,83	9,80	0,17	120,27	0,02				7,31	81,36	8,48	0,59	
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	110,57	38,30	1,42	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб из безбелковой смеси; 667,17	25	0,05	1,19	12,73	61,85				0,48	1,53	0,02	0,14	0,02	
Итого		14,97	19,09	69,25	509,13	0,32			0,48	79,08	262,10	84,06	3,40	95,57

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа

И.П.Круглий

Меню дополнительного питания
на 22 октября 2026 г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Цена
1	Винегрет овощной	100	2,30	10,20	6,60	128,00	30,00
2	Маринад овощной	100	2,30	10,20	6,60	128,00	30,00
3	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,40	6,00	8,40	94,00	30,00
4	Салат из свеклы с яблоками	100	1,40	6,00	8,40	94,00	30,00
5	Суп картофельный с гречневой крупой	250	2,73	3,16	16,18	104,23	15,00
6	Рыба запеченная с овощами	90	19,97	13,71	28,20	317,29	55,00
7	Макаронные изделия отварные с маслом	170	7,00	3,89	41,01	227,23	20,00
8	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	9,40	10,38	7,74	162,42	55,00
9	Картофельное пюре	170	4,36	4,94	28,19	174,90	35,00
10	Курник	75	8,92	9,20	21,31	203,31	40,00
11	Вак-беляш	75	8,12	8,42	21,13	192,61	40,00
12	Пирожки печеные с яблоком	75	4,69	4,06	38,11	207,61	25,00
13	Пирожки печеные с картофелем	75	5,37	5,18	33,47	201,92	25,00
14	Пирожки печеные с капустой	75	5,41	6,68	30,08	202,39	25,00
15	Плюшка московская	75	6,48	5,01	43,73	245,71	25,00
16	Дучмак с творогом	75	14,03	8,09	23,95	226,60	50,00
17	Ватрушка с творогом	75	10,16	5,40	33,53	224,10	30,00
18	Булочка домашняя	75	6,57	10,09	47,14	305,59	30,00
19	Пицца Детская с курицей	75	12,65	10,18	22,35	231,30	50,00
20	Шанежка наливная	75	5,87	5,36	35,14	212,53	25,00
21	Хлеб пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	16,50	78,00	5,00
22	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,30	13,80	66,00	5,00
23	Чай пакетированный с сахаром	200			9,98	39,90	10,00
24	Чай витаминизированный	200			9,80	39,40	10,00
25	Сок фруктовый 0,2 в ассортименте	200	1,00	0,20	20,20	92,00	30,00
26	Нектар Малышам в ассортименте	200	0,00	0,00	24,00	96,00	40,00
27	Нектар МОЙ в ассортименте	125	0,00	0,00	24,00	96,00	27,00
28	Коктейль молочный "ФрутоKids" в ассортименте	200	5,60	5,60	20,00	152,80	59,00
29	Батончик "Двойная радость"	50	2,50	11,00	31,50	225,00	61,00
30	Печенье "Школьная шпаргалочка"	25	2,20	3,10	18,10	104,00	27,00
31	Печенье Сахарное "Посольское" 50 гр.	50	4,50	6,60	32,60	208,00	30,00
32	Печенье "Слободка шахматная"	50	4,50	6,60	32,60	208,00	30,00
33	Фруктовые шарики с какао	30	0,72	0,05	16,05	67,20	25,00
34	Хлебцы детские "JR KORNER" в ассортименте	30	1,50	0,60	21,00	280,50	51,00
35	Вафли "Золотце мое"	20	1,40	5,80	11,60	104,00	23,00
36	Пастила Ассорти "Пастилушка"	20	0,11	0,00	13,76	55,46	23,00
37	Панкейк "Кидс"	40					40,00
38	Напиток "Добрый PULPY"	450					75,00
39	Вода негаз. "Красный ключ"	500					36,00
40	Батончик мюсли "Детский перекус"	25					38,00
41	Пюре "Сады придонья"	125	0,00	0,00	11,00	44,00	32,00
42	Гемотоген "Бегемотик Бонди"	40					30,00
43	Вафельные трубочки Junior	32					50,00
44	Печенье ПеченЯШКИ	50					47,00
45	Шоколад Коммунарка	20					48,00
46	Зерновые палочки Pick-Stick в ассортименте	10					17,00
47	Пастила яблочная Вертушка	25					27,00
48	Маршмеллоу зефирная косичка "Конфектум"	12					28,00
49	Маршмеллоу FUN черника-малина	40					70,00
50	Маршмеллоу RAW WOW малина	15					34,00
51	Пюре ГИППОПО	90					60,00
52	Коктейль NE MOLOKO в ассортименте	200					41,00
53	Хлебцы детские "JR KORNER" гречневые с витаминами	11					24,00

Удс