

# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

05 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	9,42	10,91	39,56	294,96	0,1	0,09	57,84	1,96	137,12	123,89	15,85	1,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	9	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		<b>16,25</b>	<b>22,8</b>	<b>84,24</b>	<b>613,52</b>	<b>0,22</b>	<b>16,39</b>	<b>132,46</b>	<b>2,7</b>	<b>294,94</b>	<b>279,09</b>	<b>64,55</b>	<b>5,68</b>	<b>54,34</b>

## Завтраки ММС с 7-11 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	9,42	10,91	39,56	294,96	0,1	0,09	57,84	1,96	137,12	123,89	15,85	1,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		<b>16,25</b>	<b>22,8</b>	<b>84,24</b>	<b>613,52</b>	<b>0,22</b>	<b>16,39</b>	<b>132,46</b>	<b>2,7</b>	<b>294,94</b>	<b>279,09</b>	<b>64,55</b>	<b>5,68</b>	<b>55,00</b>

Начальник ОДП Исламова Н.А.



# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	9,42	10,91	39,56	294,96	0,1	0,09	57,84	1,96	137,12	123,89	15,85	1,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		<b>16,25</b>	<b>22,8</b>	<b>84,24</b>	<b>613,52</b>	<b>0,22</b>	<b>16,39</b>	<b>132,46</b>	<b>2,7</b>	<b>294,94</b>	<b>279,09</b>	<b>64,55</b>	<b>5,68</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	60	15,47	13,94	1,07	190,66	0,08	2,36	100,50	0,03	18,18	2,94	18,30	1,17	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		<b>26,58</b>	<b>26,84</b>	<b>104,07</b>	<b>778,23</b>	<b>0,29</b>	<b>250,69</b>	<b>717,75</b>	<b>4,4</b>	<b>142,26</b>	<b>109,0</b>	<b>77,53</b>	<b>21,17</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

### 2 смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	60	15,47	13,94	1,07	190,66	0,08	2,36	100,50	0,03	18,18	2,94	18,30	1,17	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		26,58	26,84	104,07	778,23	0,29	250,69	717,75	4,38	142,26	108,97	77,53	21,17	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Макаронные изделия, отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50	1,0	18,32	56,3	10,39	1,06	
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
<b>Итого</b>		17,27	13,86	48,62	389,94	0,12	5,89	57,78	1,19	152,81	213,95	30,13	2,97	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед с 7-11 лет ( родительская оплата)</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50	12,83	11,54	0,89	157,93	0,07	1,96	83,60	0,02	14,98	2,44	15,18	0,97	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		23,94	24,44	103,89	745,50	0,28	250,29	700,85	4,4	139,06	108,5	74,41	20,97	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет ( родительская плата)</b>														
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
<b>Итого</b>		17,27	13,86	48,62	389,94	0,12	5,89	57,78	1,19	152,81	213,95	30,13	2,97	<b>45,00</b>

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Макаронные изделия, отварные с маслом	180/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Печень по-строгановски	25/25	7,04	5,34	3,71	91,53	0,1	12,69			13,10		8,25	2,64	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		19,7	21,5	85,5	620,6	0,33	29	97,1	1,6	187	202,4	65,6	8,2	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	60	15,47	13,94	1,07	190,66	0,08	2,36	100,50	0,03	18,18	2,94	18,30	1,17	
Каша перловая вязкая с маслом	200/10	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		26,58	26,84	104,07	778,23	0,29	250,69	717,75	4,38	142,26	108,97	77,53	21,17	<b>70,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

1 Смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Макаронные изделия, отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Печень по-строгановски	25/25	7,04	5,34	3,71	91,53	0,1	12,69			13,10		8,25	2,64	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		19,7	21,5	85,5	620,6	0,33	29	97,1	1,6	187	202,4	65,6	8,2	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	60	15,47	13,94	1,07	190,66	0,08	2,36	100,50	0,03	18,18	2,94	18,30	1,17	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		26,58	26,84	104,07	778,23	0,29	250,69	717,75	4,38	142,26	108,97	77,53	21,17	<b>130,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Мясо птицы, припущенное с овощами	60	15,47	13,94	1,07	190,66	0,08	2,36	100,50	0,03	18,18	2,94	18,30	1,17	
Каша перловая вязкая с маслом	200/10	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		26,58	26,84	104,07	778,23	0,29	250,69	717,75	4,38	142,26	108,97	77,53	21,17	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Макаронные изделия, отварные с маслом	200/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50	1,0	18,32	56,3	10,39	1,06	
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
<b>Итого</b>		24,24	18,3	93,10	635,93	0,23	5,89	80,28	2,2	171,13	270,3	40,52	4,03	<b>130,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



# МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

## Школьное меню для организации питания учащихся

05 октября 2020 г.

### Завтрак ММС С 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронные изделия, отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Печень по-строгановски	25/25	7,04	5,34	3,71	91,53	0,1	12,69			13,10		8,25	2,64	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
<b>Итого</b>		19,69	21,54	85,47	620,59	0,3	28,99	97,12	1,58	186,51	202,38	65,61	8,18	<b>60,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.