

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2020 г.

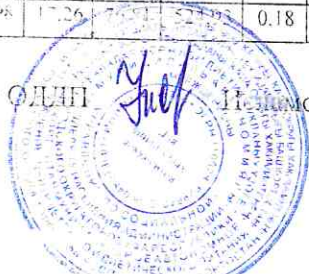
Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	4,56	6,33	32,19	204,42	0,06	0,96	38,82	0,18	95,97	118,23	27,21	0,45	
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	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,5	0,05	1,2	1,5		0,01	
Сыр порционный	9	2,63	2,66		35		0,07			100		5,5	0,07	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за прием		13,98	17,26	76,81	524,93	0,18	17,33	90,94	0,87	352,59	271,93	81,41	5,17	54,34

Завтрак ММС с 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	4,56	6,33	32,19	204,42	0,06	0,96	38,82	0,18	95,97	118,23	27,21	0,45	
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	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,5	0,05	1,2	1,5		0,01	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07			100		5,5	0,07	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за прием		13,98	17,26	76,81	524,93	0,18	17,33	90,94	0,87	352,59	271,93	81,41	5,17	55,00

Начальник ОДЦН  Ибраимова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
14 октября 2020 г

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая да	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ 7-11 лет														
Каша рисовая молочная	150/5	4,56	6,33	32,19	204,42	0,06	0,96	38,82	0,18	95,97	118,23	27,21	0,45	
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	5	0,94	3,63	0,07	33,05			22,5	0,05	1,2	1,5		0,01	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07			100		5,5	0,07	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		13,98	17,26	76,81	524,93	0,18	17,33	96,94	0,87	352,59	271,93	81,41	5,17	
Обед ОВЗ 7-11 лет														
Огурцы консервирован	30	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплата отварные	80	18,96	16,21	0,93	223,94	0,09	1,46	40,24	0,30	20,98	161	20,30	1,40	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	
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	1,42	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		30,18	35,81	99,73	718,91	0,31	27,43	281,99	3,40	98,80	280,25	70	5,6	120,00

Начальник ОДЦ  Исмаилова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
14 октября 2020 г

2 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		б	ж	у		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ 7-11 лет														
Огурцы консервированные	30	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплята отварные	80	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,29	11,25	92	12,77	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
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	
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	
Итого		20,27	19,9	91,91	630,29	0,26	27,43	247,45	4,39	89,07	211,25	62	5,6	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	120/3	3,64	4,34	25,78	157,09	0,05	0,77			76,3		21,8	0,36	
Уч-почмак	75	9,44	9,96	29,4	244,98	1,20	5,96			23,52		18,70	1,56	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого														120,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ.
Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	1,5	0,03	6,9	7	4,2	0,18	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплята отварные	100	18,90	16,21	0,93	223,94	0,09	1,46	40,24	0,30	20,98	161	20,30	1,40	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из свежих	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
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	
Итого		28,96	26,6	75,07	657,56	0,38	26,83	283,34	2,91	96,65	344,52	136	7,3	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Уч-почмак	75	7,05	7,43	22,03	183,07	0,08	4,45			17,55		13,97	1,16	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого														45,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Рис припущенный	200	5,5	10,5	38,7	271,85	0,07	1,16				115,86		32,66	0,55
Рыба, тушеная в томате с овощами	70/35	14,1	4,9	3,5	114,98	0,11	3,02	325	2,15	44,65	217,1	55,61	0,94	
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	
Итого		25,83	26,69	72,13	634,89	0,25	5,48	392,12	2,6	294,33	355,8	123,47	2,85	65,00
Обед с 12-18 лет														
Огурцы консервированные	40	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплатя отварные	100	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69			13,12		14,89	1,67	
Каша гречневая вязкая с маслом	200/10	7,74	4,54	49,42	269,65	0,12		22,5	1,1	20,02	62,4	11,53	1,17	
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	
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	
Итого		23,72	21,80	104,60	711,97	0,29	27,66	241,75	3,36	95,4	134,47	66,99	6,13	70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

14 октября 2020 г.

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Рис припущенный	200	5,5	10,5	38,7	271,85	0,07	1,16				115,86		32,66	0,55
Рыба, тушеная в томате с овощами	60/30	14,1	4,9	3,5	114,98	0,11	3,02	325	2,15	44,65	217,1	55,61	0,94	
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	
Итого		25,83	26,69	72,13	634,89	0,25	5,48	392,12	2,6	204,33	355,8	123,47	2,85	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Огурцы консервированн ые	40	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплата	100	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69			13,12		14,89	1,67	
Каша гречневая вязкая с маслом	200/10	7,74	4,64	43,42	269,65	0,12		22,5	1,1	20,02	62,4	11,53	1,17	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,83	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
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	11,44	57,3	0,03				5,4		6	0,87	
Итого														130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" Го г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

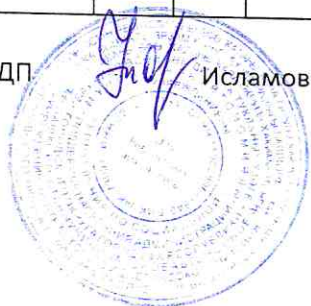
14 октября 2020 г.

2 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Огурцы консервированные	40	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Цыплята отварные	100	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69			13,12		14,89	1,67	
Каша гречневая вязкая с маслом	200/10	7,74	4,54	49,42	269,65	0,12		22,5	1,1	20,02	62,4	11,53	1,17	
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	
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	
Итого		23,72	21,8	104,60	712	0,29	27,7	241,8	3,36	95,4	134	67	6,13	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	5,5	10,5	38,7	271,85	0,07	1,16			115,9		32,66	0,55	
Уч-почмак	75	7,05	7,43	22,03	183,07	0,08	4,45			17,55		13,97	1,16	
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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого														130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
14 октября 2020 г.

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рис припушенный	200	5,5	10,5	33,7	271,85	0,07	1,16			115,86		32,66	0,55	
Рыба, тушеная в томате с овощами	60/30	14,1	4,0	3,5	114,38	0,11	3,02	325	2,15	44,65	217,1	55,61	0,94	
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	0,04	3,63	0,07	33,05			22,5	0,05	1,2	1,5		0,01	
Итого за прием		25,79	23,0	72,67	661,24	0,25	5,48	369,62	2,54	293,13	354,30	123,47	2,84	60,00

Начальник ОДЦГ  Исламова Н.А.

