

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 октября 2020 г.

Бесплатное горячее питание 7-11 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	25	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	54,34

Завтрак ММС с 7-11 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	55,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

16 октября 2020 г.

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОБЗ с 7-11 лет														
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	
Обед ОБЗ с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба , тушеная с томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,65	217,10	55,61	0,94	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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 за обед		24,29	18,64	112,92	714,22	0,31	39,45	852,29	5,96	124,82	379,58	125,98	3,90	120,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



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

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба , тушеная с томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,65	217,10	55,61	0,94	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		23,85	18,55	103,52	680,22	0,61	59,55	852,29	5,96	124,19	379,58	125,98	3,84	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,40		16,41	1,3	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		13,40	12,67	66,56	439,06	0,22	9,19	22,5	0,73	56,54	99,38	47,09	5,8	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

16 октября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная с томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,65	217,10	55,61	0,94	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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	
Итого за обед		23,85	18,55	103,52	680,22	0,61	59,55	852,29	5,96	124,19	379,58	125,98	3,84	65,00
Полдник с 7- 18 лет (родительская плата)														
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,40		16,41	1,3	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого за Полдник		11,72	11,52	47,94	347,66	0,14	10,94			45,42		29,88	4,5	45,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

16 октября 2020 г

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	200/10	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		20,60	19,3	70,24	536,14	0,26	7,75	74,18	2,46	179,11	234,96	61,83	3,9	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	5,00	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	371,00	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	3,77	4,4	38,9	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,6	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		24,92	20,43	113,05	739,61	0,64	61,67	923,89	6,17	130,87	307,39	135,85	4,1	70,00

Итого

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

16 октября 2020 г.

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическая ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	200/10	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	60,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



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

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/20	9,83	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		20,60	19,3	70,24	536,14	0,26	7,75	74,18	2,46	179,11	234,96	61,83	3,9	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	371,00	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05				13,18		31,9	0,69	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		27,14	19,88	121,19	769,65	0,34	39,88	874,43	6,00	133,19	330,14	139,24	4,1	130,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ " ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
16 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	371,00	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05				13,18		31,9	0,69	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		27,14	19,88	121,19	769,65	0,34	39,88	874,43	6,00	133,19	330,14	139,24	4,1	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,40		16,41	1,3	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		13,40	12,67	66,56	439,06	0,22	9,19	22,5	0,73	56,54	99,38	47,09	5,8	130,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.