

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 вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,76	10,79	8,98	169,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
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	25	2,78	0,34	14,76	79,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	52	0,03	С,6			119		11	0,1	
Итого завтрак		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

Начальник ОШДП



Ибраимова 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 7-11 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
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	
Кисломолочны й продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого завтрак		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 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			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б.	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	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 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	50/25	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 ОДП.  Исламова Н.А.

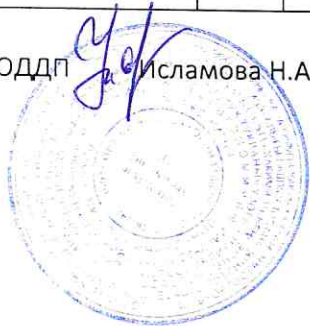


МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
16 октября 2020 г."

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическая ценность	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	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	50/25	14,1	4,9	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		9,05	8,56	41,03	282,63	0,11	9,19	0	0	37,40	0	24,41	4,1	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.

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	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		19,8	19,3	70,2	536	0,26	7,8	74,18	2,46	179	234,96	62	3,9	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.

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 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	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	60/30	189,13	10,76	15,19	2,28	2,43	0,05		16,54		16,79	1,75	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		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	
Стоимость рациона														45,00

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			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,62	31,3	94,97	16,43	1,41	
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 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	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		19,75	19,3	70,24	536,14	0,26	7,75	74,18	2,82	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 со	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	70/35	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

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	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,62	31,3	94,97	16,43	1,41	
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	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		19,75	19,3	70,24	536,14	0,26	7,75	74,18	2,82	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 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 в томате с овощами	70/35	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	13,9	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 в томате с овощами	70/35	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	3,71	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		26,39	19,07	113,39	728,08	0,33	39,88	530,99	6,26	131,00	410,48	133,94	4,0	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14	0	22,5	0,86	22,51	119	27,2	2,02	
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		14,27	12,77	71,65	463,73	0,25	9,19	22,5	0,86	59,91	119	51,61	6,1	130,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

