

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 ноября 2020 г

Завтрак ММС с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша гречневая	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с лимоном и	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Сыр порционный	10	5,26	5,32		70	0,01	0,14			200		11	0,14	
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>		13,06	18,27	61,12	465,62	0,3	19,13	75,89	1,09	244,34	152,25	103,88	6,37	<b>55,00</b>

Завтрак ММС 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Суп с мелкошинковыми овощами	200/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50/50	22,06	20,72	3,87	289,13	0,12	4,8	134,5	0,47	22,3	191,84	26,16	1,7	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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	13,24	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		32,49	30,45	102,26	807,79	0,40	26,12	368,45	3,4	84,89	379,33	84,41	5,82	<b>55,00</b>

Начальник ОДП Исламова Н. А.



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

09 ноября 2020 г

**Бесплатное горячее питание с 7-11 лет**

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Каша гречневая вязкая с маслом</b>	150/4	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
<b>Сыр порционный</b>	10	5,26	5,32		70	0,01	0,14			200		11	0,14	
<b>Масло сливочное</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Яблоки</b>	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>		13,06	18,27	61,12	465,62	0,25	19,13	75,89	1,09	244,34	152,25	103,88	6,37	<b>54,34</b>

**Бесплатное горячее питание с 7-11 лет**

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Суп с мелкошинкованн ыми овощами</b>	200/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
<b>Мясо птицы, припущенное в томатном соусе</b>	50/50	22,06	20,72	3,87	289,13	0,12	4,8	134,5	0,47	22,3	191,84	26,16	1,7	
<b>Каша Артек вязкая с маслом</b>	180/4	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого</b>		32,49	30,45	102,26	807,79	0,40	26,12	368,45	3,4	84,89	379,33	84,41	5,82	<b>54,34</b>

Начальник ОДП:  Исламова Н. А.

