

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г."

ММС

1 смена

Завтраки с 7-11 лет														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Биточки мясные с томатным соусом	60/20	9,68	8,83	7,06	146,51	0,05	1,17	32,9	0,86	26,32	105,19	14,98	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай с сахаром шк.	200/10			9,98	39,9					0,3			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		19,29	16,24	54,91	445,45	0,25	1,77	51,55	1,49	161,66	222,74	98,33	4,1	55,00

2 смена

Обед с 7-11 лет														
Суп картофельный с горохом	200	4,33	3,7	15,81	114,17	0,19	9,32	209,52	1,6	33,58	81,62	31,74	1,63	
Рыба припущенная	50	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0,03			0,28	5	16,25	3,5	0,28	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		23,24	15,14	70,75	512,3	0,51	36,37	256,66	4,07	104,44	306,79	88,8	4,29	55,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г."

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Завтрак с 7-11 лет														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Биточки мясные с томатным соусом	60/20	9,68	8,83	7,06	146,51	0,05	1,17	32,9	0,86	26,32	105,19	14,98	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/3	4,1	3,94	18,47	125,6	0,14		18,51	0,3	9,97	97,32	64,66	2,19	
Чай с сахаром	200/10			9,98	39,9					0,3			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		19,26	16,21	54,77	444,51	0,25	1,77	51,41	1,49	161,59	222,01	97,84	4,08	54,34

2 смена

Обед с 7-11 лет														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп картофельный с горохом	200	4,33	3,7	15,81	114,17	0,19	9,32	209,52	1,6	33,58	81,62	31,74	1,63	
Рыба припущенная	50	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0,03			0,28	5	16,25	3,5	0,28	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		23,24	15,14	70,75	512,8	0,51	36,37	256,66	4,07	104,44	306,79	88,8	4,29	54,34

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 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 7-11 лет														
Биточки мясные с томатным соусом	60/20	9,68	8,83	7,06	146,51	0,05	1,17	32,9	0,86	26,32	105,19	14,98	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай с сахаром	200/10			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб	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		19,29	16,24	54,91	445,45	0,25	1,77	51,55	1,49	161,66	222,74	98,33	4,1	
Обед ОВЗ с 7-11														
Салат "Здоровье"	60	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Суп картофельный с горохом	250	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Рыба припущенная	50	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		26,18	19,18	99,28	676,8	0,6	40,35	915,11	7,24	170,27	388,79	138,56	6,04	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г.

2 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	
Обед ОВЗ с 7-11														
Салат "Здоровье"	60	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Суп картофельн ый с горохом	250	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Рыба припущенна я	50	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Картофельн ое пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
Хлеб пшеничный обогащенны й	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		26,18	19,18	99,28	676,8	0,6	40,35	915,11	7,24	170,27	388,79	138,56	6,04	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
Уч- почмак	75	7,05	7,43	22,03	183,07	0,08	4,45			17,55		13,97	1,16	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		13,76	12,74	67,99	446,72	0,29	8,45	23,40	0,41	45,06	135,60	112,17	7,01	120,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерг е- тичес кая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (Родительская плата)														
Салат "Здоровье"	60	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Суп картофельный с горохом	250	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Рыба припущенная	50	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		26,18	19,18	99,28	676,8	0,6	40,35	915,11	7,24	170,27	388,79	138,56	6,04	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	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		8,05	7,63	42,23	275,07	0,1	8,45	0,00	0,00	31,55	0,00	21,97	3,96	45,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г.

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энер ге-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОБЗ с 12-18 лет														
Биточки мясные в томатном соусе	60/20	9,68	8,83	7,06	#####	0,05	1,17	32,9	0,86	26,32	105,19	14,98	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	#####	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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
Косломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6				119		14	0,1
Итого		20,94	17,38	62,13	#####	0,3	5,76	56,44	1,61	165,13	261,83	123,38	4,94	
Обед ОБЗ с 12-18 лет														
Салат "Здоровье"	80	1,35	4,09	5,86	65,99	0,04	6,22	614,62	1,94	24,69	40	21,8	0,77	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	#####	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	50	12,61	6,5		#####	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	#####	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		27,17	21,18	105,18	#####	0,64	47,11	1075,59	7,75	187,96	418,37	150,8	6,5	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г.

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса	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 "Здоровье"	80	1,35	4,09	5,86	65,99	0,04	6,22	614,62	1,94	24,69	40	21,8	0,77	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	50	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		27,17	21,18	105,18	722,61	0,64	47,11	1075,59	7,75	187,96	418,37	150,8	6,5	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	200/5	6,34	5,28	28,62	187,05	0,22		23,5	0,45	14,88	150,5	100,22	3,39	
Уч- почмак	75	7,05	7,43	22,03	183,07	0,08	4,45			17,55		13,97	1,16	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		14,39	12,91	70,85	462,12	0,32	8,45	23,50	0,5	46,43	150,50	122,19	7,35	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 2020 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерг е- тичес кая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Биточки мясные в томатном соусе	60/20	9,68	8,83	7,06	146,51	0,05	1,17	32,9	0,86	26,32	105,19	14,98	1,43	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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	
Косломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		20,94	17,38	62,13	490,63	0,3	5,76	56,44	1,61	165,13	261,83	123,38	4,94	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

01 декабря 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)														
Биточки мясные с томатным соусом	60/20	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Каша гречневая вязкая с маслом	200/10	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат "Здоровье"	80	1,35	4,09	5,86	65,99	0,04	6,22	614,62	1,94	24,69	40	21,8	0,77	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	50	12,61	6,5		108,58	0,12	0,55	18,45	2,02	14,14	123,05	18,56	0,38	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		27,17	21,18	105,18	722,61	0,64	47,11	1075,59	7,75	187,96	418,37	150,8	6,5	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

