

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

21 декабря 2020 г

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/4	4,76	4,14	21,46	141,94	0,16		18,75	0,34	11,40	112,95	75,18	2,54	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,53	18,32	58,54	459,69	0,27	15,99	210,29	1,34	69,00	252,33	96,66	6,91	54,34

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
Каша Артек вязкая с маслом	180/4	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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		19,19	20,52	107,37	686,87	0,33	23,52	250,09	4,2	91,49	279,31	72,96	5,47	54,34

Начальник ОДП  Исламова Н. А.



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

21 декабря 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	Р	Mg	Fe	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенны й 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	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,54	19,04	58,56	466,30	0,3	15,99	214,79	1,35	69,24	252,63	96,66	6,92	55,00

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	Р	Mg	Fe	
Суп с мелкошинко ванными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
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 обогащенны й 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		19,19	20,52	107,37	686,87	0,33	23,52	250,09	4,2	91,49	279,31	72,96	5,47	55,00

Начальник ОДП

Исламова Н. А.

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

21 декабря 2020 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Зактрак ОВЗ с 7-11 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,54	19,04	58,56	466,30	0,27	15,99	214,79	1,35	69,24	252,63	96,66	6,92	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Маринад овощной без томата	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		20,13	26,50	114,18	773,30	0,37	26,82	1210,09	7,0	109,82	307,38	92,98	5,92	120,00

Начальник ОДДП _____ **Исламова Н А**



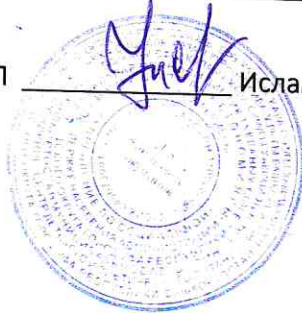
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа
Школьное меню для организации питания обучающихся

21 декабря 2020 г"

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тически	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ 7-11 лет														
Маринад овощной без томата	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45	
Суп с мелкошинкован ными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		20	26,60	114,18	773,30	0,4	26,82	1210,09	7,01	109,82	307,38	92,88	5,92	
Полдник ОВЗ 7-11 лет														
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	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Итого		16,49	16,38	69,42	496,2	0,30	10,94	23,25	0,35	57,06	113,25	105,06	7,05	120,00

Начальник ОДДП



Исламова Н А

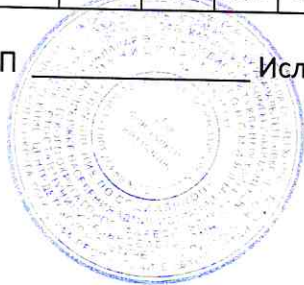
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

21 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци	Пищевые вещества			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Маринад овощной без томата	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		20,13	26,60	114,18	773,30	0,37	26,82	1210,09	7,0	109,82	307,38	92,88	5,92	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		11,72	11,52	47,94	347,66	0,14	10,94			45,42		29,88	4,5	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

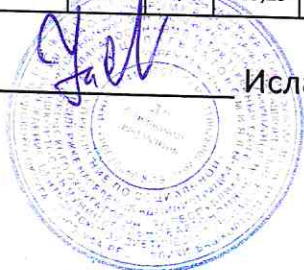
21 декабря 2020 г

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 12-18 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	
Филе грудки припущенное с овощами	40	10,18	9,3	0,7	126,63	0,05	1,56	64,0	0,28	11,99	2	12,08	0,77	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		20,95	24,56	51,4	509,85	0,27	5,62	156,34	1,17	134,20	219,87	111,98	4,27	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
Суп с мелкошинкован ными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед ст		12,05	18,61	109,29	649,83	0,34	27,62	1193,95	5,8	88,58	215,56	83,37	4,81	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



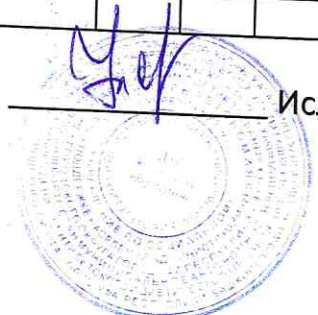
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

21 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ 12-18 лет														
Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
Суп с мелкошинкова нными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		21,04	32,31	117,94	843,63	0,39	27,92	1507,59	7,1	119,44	191,03	102,54	6,32	
Полдник ОВЗ 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	100,2	3,39	
Зак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого														130,00

начальник ОДДП



Исламова Н А

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

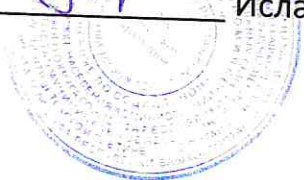
Школьное меню для организации питания обучающихся

21 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тически	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак 11-18 лет (родительская плата)														
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	
Филе грудки припущенное с овощами	50	12,82	11,76	0,88	159,83	0,07	1,96	83,6	0,02	14,98	2,44	15,18	0,97	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		23,59	27,02	51,58	543,05	0,29	6,02	175,94	0,91	137,19	220,54	115,08	4,47	65,00
Обед 11-18 лет (родительская плата)														
Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,2	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,4	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		21,04	32,31	117,94	843,63	0,39	27,92	1507,59	7,1	119,44	191,03	102,54	6,32	70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 декабря 2020 г

Завтрак ММС 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
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	
Филе грудки припущенное с овощами	40	10,18	9,3	0,7	126,63	0,05	1,56	64,0	0,28	11,99	2	12,08	0,77	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

