

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

23 декабря 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 рисовая молочная вязкая с маслом</b>	150/4	4,55	5,61	32,17	197,81	0,06	0,96	34,32	0,17	95,73	117,93	27,21	0,45	
<b>Какао с молоком</b>	200	3,87	3,80	15,09	111,46	0,04	1,30	22,12	0,01	125,42	116,20	31,00	0,01	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
<b>Сыр порционный</b>	10	2,63	2,66		35,00		0,07	23,80	0,04	100,00	60,00	5,50	0,07	
<b>Масло сливочное</b>	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,50	0,05	1,20	1,50		0,01	
<b>Яблоки</b>	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		13,85	16,42	73,85	504,22	0,17	14,33	108,74	0,84	347,55	328,33	78,71	3,51	<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>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
<b>Гуляш</b>	25/25	7,66	8,35	1,76	112,78	0,03	1,22	4,80	1,08	9,38	76,68	10,65	1,19	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150/4	5,81	3,58	37,06	203,89	0,09		18,00	0,83	15,35	46,88	8,66	0,88	
<b>Компот из свежих плодов</b>	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4,00	2,00	0,08	6,85	4,40	3,60	0,93	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02			0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,47	0,30	13,44	63,00	0,03				5,40		6,00	0,87	
<b>Итого</b>		18,52	17,47	90,97	597,84	0,24	25,09	241,15	4,1	81,86	186,63	55,68	5,21	<b>54,34</b>

Начальник ОДП

Исламова Н. А.

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 декабря 2020 г

Завтрак ММС с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	8,25	6,69	11,58	139,94	0,08	1,39	42,67	2,49	44,14	121,63	27,76	0,63	
Какао с молоком	200	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	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	
Сыр порционный	10	5,26	5,32		70	0,01	0,14			200		11	0,14	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,50	0,05	1,20	1,50		0,01	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		17,83	33,62	124,88	313,50	0,3	10,46	65,21	61,25	292,95	149,09	43,00	1,14	<b>55,00</b>

Завтрак ММС с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,93	40,88	45,67	23,97	1,12	
Гуляш	25/25	18,90	16,21	0,93	223,94	0,09	2,65	40,24	0,47	20,98	160,96	20,30	1,40	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	200	0,44	0,09	32,92	128,60					0,60			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02			0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	0,03				5,40		6,00	0,87	
<b>Итого</b>		30,05	25,99	104,19	765,56	0,29	22,52	279,09	3,5	87,45	266,81	61,73	4,55	<b>55,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н. А.

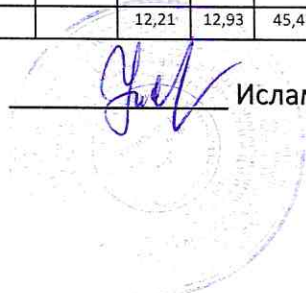
**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**

**23 декабря 2020 г**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци	Пищевые вещества			Энергетическа	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед 7-11 лет ( родительская плата)</b>														
<b>Огурцы консервированные</b>	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	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	
<b>Гуляш</b>	30/30	18,90	16,21	0,93	223,94	0,09	2,65	40,24	0,47	20,98	160,96	20,30	1,40	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
<b>Компот из свежих плодов</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>		29,35	26,66	90,42	713,95	0,40	25,47	276,44	3,0	79,60	343,20	130,73	6,10	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
<b>Кисломолочный продукт</b>	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119	14		0,1	
<b>Вак-беляш</b>	75	8,01	9,53	20,77	200,87	0,09	5,19	7,85	2,59	22,37	89,28	16,41	1,3	
<b>Напиток из плодов шиповника</b>	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
<b>Итого</b>		12,21	12,93	45,47	354,87	0,14	9,79			155,37	103,28	24,41	4,2	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП \_\_\_\_\_

Исламова Н А



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

**23 декабря 2020 г**

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Зактрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	8,25	6,69	11,58	139,94	0,08	1,39	42,67	2,49	44,14	121,63	27,76	0,63	
Какао с молоком	200	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	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	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,50	0,05	1,20	1,50		0,01	
Сыр порционный	10	5,26	5,32		70	0,01	0,14			200		11	0,14	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
<b>Итого</b>		<b>17,83</b>	<b>33,62</b>	<b>124,88</b>	<b>313,50</b>	<b>0,31</b>	<b>10,46</b>	<b>65,21</b>	<b>61,25</b>	<b>292,95</b>	<b>149,09</b>	<b>43,00</b>	<b>1,14</b>	

**Обед ОВЗ с 7-11 лет**

Огурцы консервированн ые	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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	
Гуляш	30/30	18,90	16,21	0,93	223,94	0,09	2,65	40,24	0,47	20,98	160,96	20,30	1,40	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	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	
<b>Итого</b>		<b>30,40</b>	<b>26,11</b>	<b>106,02</b>	<b>775,90</b>	<b>0,33</b>	<b>25,47</b>	<b>275,69</b>	<b>3,5</b>	<b>83,55</b>	<b>277,13</b>	<b>64,21</b>	<b>4,43</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н А



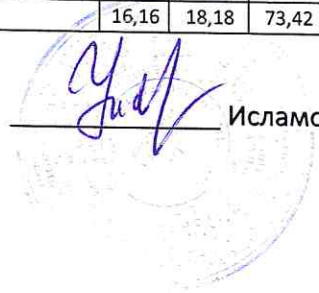
**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**

**23 декабря 2020 г"**

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ 7-11 лет</b>														
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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	
Гуляш	30/30	18,90	16,21	0,93	223,94	0,09	2,65	40,24	0,47	20,98	160,96	20,30	1,40	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,50	0,09		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов	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	
<b>Итого</b>		<b>30</b>	<b>26,11</b>	<b>106,02</b>	<b>775,90</b>	<b>0,3</b>	<b>25,47</b>	<b>275,69</b>	<b>3,46</b>	<b>83,55</b>	<b>277,13</b>	<b>64,21</b>	<b>4,43</b>	
<b>Полдник ОВЗ 7-11 лет</b>														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	130/4	3,95	5,25	27,95	175,22	0,05	0,84	32,15	0,16	83,11	102,42	23,61	0,39	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119	14		0,1	
Напиток из плодов шиповника	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Вак-беляш	75	8,01	9,53	20,77	200,87	0,09	5,19	7,85	2,59	22,37	89,28	16,41	1,3	
<b>Итого</b>		<b>16,16</b>	<b>18,18</b>	<b>73,42</b>	<b>530,1</b>	<b>0,19</b>	<b>10,63</b>	<b>40,00</b>	<b>2,75</b>	<b>238,48</b>	<b>205,70</b>	<b>48,02</b>	<b>4,56</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП \_\_\_\_\_



Исламова Н А

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

23 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак 11-18 лет (родительская плата)</b>														
Рис припущенный	200	8,25	6,69	11,58	139,94	0,08	1,39	42,67	2,49	44,14	121,63	27,76	0,63	
Рыба, тушеная в томатном соусе	60/30	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Какао с молоком	200	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	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	5	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Итого</b>		17,38	36,78	146,42	425,10	0,46	10,32	110,96	61,65	105,79	263,84	107,18	3,56	<b>65,00</b>
<b>Обед 11-18 лет (родительская плата)</b>														
Огурцы консервирован ные	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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	
Гуляш	35/35	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69	6,60	1,51	13,12	107,32	14,89	1,67	
Макаронные изделия отварные 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	
Компот из свежих плодов	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	
<b>Итого</b>		21,17	22,14	91,95	647,86	0,35	24,51	242,80	4,0	71,74	289,56	125,32	6,37	<b>70,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

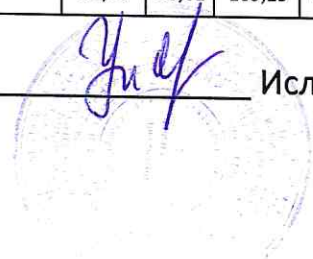
Школьное меню для организации питания обучающихся

23 декабря 2020 г

1 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	
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Рис припущенный	200	8,25	6,69	11,58	139,94	0,08	1,39	42,67	2,49	44,14	121,63	27,76	0,63	
Рыба, тушеная в томатном соусе	60/30	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Какао с молоком	200	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	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	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,50	0,05	1,20	1,50		0,01	
<b>Итого</b>		<b>21,74</b>	<b>27,28</b>	<b>60,5</b>	<b>577,04</b>	<b>0,27</b>	<b>1,72</b>	<b>106,83</b>	<b>2,21</b>	<b>191,54</b>	<b>351,71</b>	<b>119,13</b>	<b>4,94</b>	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Огурцы консервированн ые	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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	
Гуляш	35/35	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69	6,60	1,51	13,12	107,32	14,89	1,67	
Макаронные изделия отварные 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	
Компот из свежих плодов	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	
<b>Итого за Обед ст</b>		<b>12,05</b>	<b>18,61</b>	<b>109,29</b>	<b>649,83</b>	<b>0,34</b>	<b>27,62</b>	<b>1193,95</b>	<b>5,8</b>	<b>88,58</b>	<b>215,56</b>	<b>83,37</b>	<b>4,81</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП



Исламова Н А

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

**23 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	
<b>Обед ОВЗ 12-18 лет</b>														
<b>Огурцы консервированные</b>	30	0,24	0,03	0,51	3,9	0,01	1,5	2	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	
<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	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	
<b>Гуляш</b>	35/35	10,72	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69	6,60	1,51	13,12	107,32	14,89	1,67	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	180/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
<b>Компот из свежих плодов</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>		21,17	22,14	91,95	647,86	0,35	24,51	242,80	4,0	71,74	289,56	125,32	6,37	
<b>Полдник ОВЗ 12-18 лет</b>														
<b>Каша рисовая молочная вязкая с маслом</b>	200/5	6,06	7,23	42,86	261,39	0,08	1,29	44,26	0,23	127,27	157,11	36,27	0,60	
<b>Кисломолочный продукт</b>	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119	14		0,1	
<b>Вак-беляш</b>	75	8,01	9,53	20,77	200,87	0,09	5,19	7,85	2,59	22,37	89,28	16,41	1,3	
<b>Напиток из плодов шиповника</b>	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
<b>Итого</b>		18,27	20,16	88,33	616,26	0,22	11,08	52,11	2,82	282,64	260,39	60,68	4,77	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП \_\_\_\_\_

  
Исламова Н А



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

23 декабря 2020 г  
Завтрак ММС с 7-11 лет

Завтрак ММС 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Рис припущенный</b>	180	8,25	6,69	11,58	139,94	0,08	1,39	42,67	2,49	44,14	121,63	27,76	0,63	
<b>Рыба, тушеная в томатном</b>	60/30	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
<b>Какао с молоком</b>	200	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	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>Масло сливочное</b>	5	0,04	3,63	0,07	33,05			22,50	0,05	1,20	1,50		0,01	
<b>Итого</b>		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.