

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

09 марта 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,2	12,26	11,65	194	0,08	4,16	62,64	2,91	32,41	108,64	18,15	1,61	
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	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сыр порционнo	10	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		22,54	22,87	72,64	589,60	0,40	5,53	127,09	3,85	270,75	382,7	108,40	5,02	57,43

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Суп-лапша домашняя	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по- домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88	0,18	26,46	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		21,42	24,24	91,64	668,37	0,54	33,27	173	8,43	73,86	282,66	81,17	6,10	57,43

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

09 марта 2021 г
ММС с 7-11 лет
1 смена

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,2	12,26	11,65	194	0,08	4,16	62,64	2,91	32,41	108,64	18,15	1,61	
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	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сыр порционно	10	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		19,91	20,21	72,64	554,60	0,40	5,46	103,29	3,81	170,75	322,7	102,90	4,95	57,43

ММС с 7-11 лет
2 смена

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Суп-лапша домашняя	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по-домашнему*	180	11,56	14,11	21,08	257,88	0,18	26,46	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		18,22	23,84	73,24	580,37	0,38	33,27	173	7,75	62,26	230,66	64,37	4,90	57,43

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

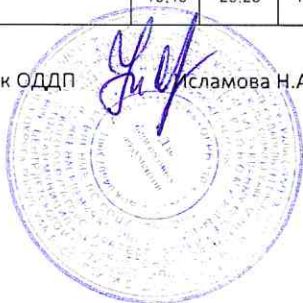
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2021 г.

1 смена

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	9,2	12,26	11,65	194	0,08	4,16	62,64	2,91	32,41	108,64	18,15	1,61	
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	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Сыр порционно	10	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		19,91	20,21	72,64	554,60	0,40	5,46	103,29	3,81	170,75	322,7	102,90	4,95	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,34	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Суп-лапша домашняя	200	2,22	4,23	12,49	97,06	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое подомашнему*	200	12,74	15,52	23,48	264,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,83	45,92	2,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		19,40	25,25	75,64	607,43	0,40	36,30	175	8,06	64,89	248,42	68,94	5,17	120,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

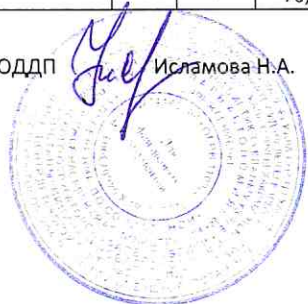
09 марта 2021 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Суп-лапша домашняя	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по-домашнему	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,83	45,92	2,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		19,00	25,20	72,89	594,43	0,39	36,30	175	7,98	63,89	245,17	68,24	5,04	
Полдник ОВЗ с 7-11 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	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		14,35	14,11	70,79	472,59	0,32	8,45	35,5	3,29	45,37	237,8	122,19	7,34	120,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

09 марта 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Суп-лапша домашняя	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по- домашнему*	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,83	45,92	2,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		19,40	25,25	75,64	607,43	0,40	36,30	175	8,06	64,89	248,42	68,94	5,17	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Учпочмак	75	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		8,01	8,83	42,17	285,54	0,10	8,45	12,0	2,84	30,49	87,3	21,97	3,95	45,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



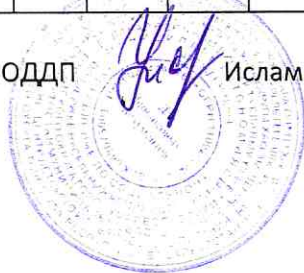
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	9,1	12,15	11,12	190,46	0,08	3,66	47,64	2,85	31,54	107,17	17,31	1,58	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционно	10	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		21,41	20,30	83,11	603,06	0,46	4,96	88,29	4,05	173,88	334,22	104,86	5,42	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

09 марта 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	9,1	12,15	11,12	190,46	0,08	3,66	47,64	2,85	31,54	107,17	17,31	1,58	
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	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционнно	15	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		22,05	21,19	85,98	625,07	0,48	4,96	92,89	4,10	175,48	349,42	114,89	5,76	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,4	8,39	8,24	113,93	0,02	9,36	1,87	3,75	38,31	40,41	20,81	1,34	
Суп-лапша домашняя	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,50	200,0	2,26	7,64	11,40	5,31	0,48	
Жаркое по-домашнему	200	12,74	15,52	23,48	294,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	185,83	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		21,35	29,79	107,75	778,82	0,44	40,35	215	10,07	83,06	270,14	79,04	5,95	70,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

09 марта 2021 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	9,1	12,15	11,12	190,46	0,08	3,66	47,64	2,85	31,54	107,17	17,31	1,58	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционно	10	2,6	2,7		35		0,1	23,8	0,04	100	60	6	0,1	
Итого		21,41	20,30	83,11	603,06	0,46	4,96	88,29	4,05	173,88	334,22	104,86	5,42	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,4	8,39	8,24	113,93	0,02	9,36	1,87	3,75	38,31	40,41	20,81	1,34	
Суп крестьянский с пшеном со сметаной	250/10	2,15	5,82	10,68	104,51	0,07	20,04	212,5	1,92	36,53	52,93	21,02	0,74	
Жаркое домашнему*	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	185,83	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		20,73	30,32	102,82	761,98	0,46	58,89	228	9,73	111,95	311,67	94,75	6,21	130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

09 марта 2021 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,4	8,39	8,24	113,93	0,02	9,36	1,87	3,75	38,31	40,41	20,81	1,34	
Суп-лапша домашняя	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,50	200,0	2,26	7,64	11,40	5,31	0,48	
Жаркое по-домашнему	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	#####	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		21,35	29,79	107,75	778,82	0,44	40,35	215	10,07	83,06	#####	79,04	5,95	
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	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		14,35	14,11	70,79	472,59	0,32	8,45	35,5	3,29	45,37	237,8	122,19	7,34	130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

