

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

11 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	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Картофельное пюре	150	3,30	5,11	22,10	148,04	0,16	25,97	32,9	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3	0,4	22,0	104	0,14			0,60	8	26,0	6	1,00	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		19,16	20,08	63,16	511,85	0,38	31,03	120,02	3,10	194,55	294,5	62,30	4,07	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	
Свекольник со сметаной	200/5	1,86	4,16	13,06	97,51	0,06	13,76	170,41	1,57	36,29	55,3	24,66	1,22	
Рыба, тушенная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
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	
Витаминизированн ый кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	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		21,65	14,35	103,36	628,42	0,90	36,01	639	5,29	99,76	384,70	159,67	6,74	57,43

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

11 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	
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Картофельное пюре	150	3,30	5,11	22,10	148,04	0,16	25,97	32,9	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3	0,4	22,0	104	0,14			0,60	8	26,0	6	1,00	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		16,53	17,42	63,16	476,85	0,38	30,96	96,22	3,06	94,55	234,5	56,80	4,00	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	
Свекольник со сметаной	200/5	1,86	4,16	13,06	97,51	0,06	13,76	170,41	1,57	36,29	55,3	24,66	1,22	
Рыба, тушенная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
Итого		18,45	13,95	84,96	540,42	0,74	36,01	639	4,61	88,16	332,70	142,87	5,54	57,43

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

11 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)														
Свекольник со сметаной	250/10	2,67	5,78	17,87	134,71	0,08	18,86	217,49	1,99	54,68	78,4	34,75	1,76	
Рыба, тушеная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
Итого		19,26	15,57	89,77	577,62	0,76	41,11	686	5,03	106,55	355,80	152,96	6,08	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Душмак с творогом	75	9,89	6,95	33,77	237,96	0,08	0,12	20,3	2,71	49,97	95,42	12,57	0,72	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		10,57	7,23	63,39	374,56	0,09	200,12	183,7	3,47	62,57	98,8	15,97	1,38	45,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

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

Школьное меню для организации питания обучающихся

11 марта 2021 г.

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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65	
Картофельное пюре	150	3,30	5,11	22,10	148,04	0,16	25,97	32,9	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3	0,4	22,0	104	0,14			0,60	8	26,0	6	1,00	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		16,53	17,42	63,16	476,85	0,38	30,96	96,22	3,06	94,55	234,5	56,80	4,00	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Свекольник со сметаной	250/10	2,67	5,78	17,87	134,71	0,08	18,86	217,49	1,99	54,68	78,4	34,75	1,76	
Рыба, тушенная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
Итого		19,26	15,57	89,77	577,62	0,76	41,11	686	5,03	106,55	355,80	152,96	6,08	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

11 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														
Свекольник со сметаной	250/10	2,67	5,78	17,87	134,71	0,08	18,86	217,49	1,99	54,68	78,4	34,75	1,76	
Рыба, тушенная с овощами	90	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
Итого		19,26	15,57	89,77	577,62	0,76	41,11	686	5,03	106,55	355,80	152,96	6,08	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Картофельное пюре	100	2,2	3,39	14,72	98,45	0,06	0,08	13,5	1,85	33,45	64,3	8,50	0,49	
Дучмак с творогом	75	9,89	6,95	33,77	237,96	0,08	0,12	20,3	2,71	49,97	95,42	12,57	0,72	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		13,25	11,10	89,87	529,41	0,19	212,20	203,2	5,56	115,22	176,3	35,27	4,51	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

11 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	Мg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Биточки мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,9	0,22	34,61	43,58	0,24	71,42	129,72	44,63	1,7	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционный	5	1,31	1,33		18		0,03	11,9	0,02	50	30	2,8	0,03	
Итого		22,93	22,96	85,88	643,34	0,54	37,60	113,87	3,35	237,85	393,04	100,06	5,83	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	100	1,6	5,21	8,77	89,19	0,07	10,64	483,22	2,4	22,91	50,77	22,92	0,76	
Свекольник со сметаной	250/10	2,67	5,78	17,87	134,71	0,08	18,86	217,49	1,99	54,68	78,4	34,75	1,76	
Рыба, тушенная с овощами	100	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	446,15	2,49	35,96	164,44	43,48	0,73	
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	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		21,46	21,77	87,28	633,56	0,45	32,71	1316	8,67	167,66	465,71	217,60	7,16	130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

11 марта 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Биточки мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,9	0,22	34,61	43,58	0,24	71,42	129,72	44,63	1,7	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционный	5	1,31	1,33		18		0,03	11,9	0,02	50	30	2,8	0,03	
Итого		22,93	22,96	85,88	643,34	0,54	37,60	113,87	3,35	237,85	393,04	100,06	5,83	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.
Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

11 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)														
Биточки мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,9	0,22	34,61	43,58	0,24	71,42	129,72	44,63	1,7	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого		22,93	22,96	85,88	643,34	0,54	37,60	113,87	3,35	237,85	393,04	100,06	5,83	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат "Степной"	100	1,6	5,21	8,77	89,19	0,07	10,64	483,22	2,4	22,91	50,77	22,92	0,76	
Свекольник со сметаной	250/10	2,67	5,78	17,87	134,71	0,08	18,86	217,49	1,99	54,68	78,4	34,75	1,76	
Рыба, тушенная с овощами	100	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	446,15	2,49	35,96	164,44	43,48	0,73	
Каша гречневая вязкая с маслом 180/5	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		21,46	21,77	87,28	633,56	0,45	32,71	1316	8,67	167,66	465,71	217,60	7,16	70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

