

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

**13 апреля 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	
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет натуральный	120	12,6	13,61	2,25	182,06	0,08	0,45	245,19	1,43	97,32	206,4	16,12	2,37	
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	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>20,28</b>	<b>19,15</b>	<b>46,69</b>	<b>443,93</b>	<b>0,30</b>	<b>5,48</b>	<b>897,33</b>	<b>3,11</b>	<b>238,41</b>	<b>258,4</b>	<b>50,36</b>	<b>4,02</b>	<b>57,43</b>

**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 яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с горохом и грёнками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	160	12,96	15,24	12,02	237,8	0,12	22,09	536,95	2,95	35,72	165,15	39,44	2,48	
Витаминизирован ный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>25,46</b>	<b>22,88</b>	<b>102,19</b>	<b>716,45</b>	<b>0,96</b>	<b>57,39</b>	<b>748</b>	<b>7,35</b>	<b>104,45</b>	<b>338,10</b>	<b>102,35</b>	<b>7,53</b>	<b>57,43</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

**13 апреля 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	
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет натуральный	120	12,6	13,61	2,25	182,06	0,08	0,45	245,19	1,43	97,32	206,4	16,12	2,37	
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	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>20,28</b>	<b>19,15</b>	<b>46,69</b>	<b>443,93</b>	<b>0,30</b>	<b>5,48</b>	<b>897,33</b>	<b>3,11</b>	<b>238,41</b>	<b>258,4</b>	<b>50,36</b>	<b>4,02</b>	<b>57,43</b>

**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 яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	160	12,96	15,24	12,02	237,8	0,12	22,09	536,95	2,95	35,72	165,15	39,44	2,48	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>25,46</b>	<b>22,88</b>	<b>71,69</b>	<b>716,45</b>	<b>0,96</b>	<b>57,39</b>	<b>748</b>	<b>7,35</b>	<b>104,45</b>	<b>338,10</b>	<b>102,35</b>	<b>7,53</b>	<b>57,43</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

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

**13 апреля 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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
Витаминизиро ванный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		27,06	24,76	103,71	745,94	0,97	60,17	816	7,72	109,16	358,56	107,30	7,84	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Пицца "Детская"	75	12,85	10,7	22,3	237,3	0,08	1,42	36,23	1,41	109,85	157,23	19,94	1,53	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
<b>Итого</b>		13,01	10,86	41,19	315,95	0,09	5,42	38,2	1,49	116,70	161,6	23,54	2,46	<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

13 апреля 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет натуральный	120	12,6	13,61	2,25	182,06	0,08	0,45	245,19	1,43	97,32	206,4	16,12	2,37	
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	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>20,28</b>	<b>19,15</b>	<b>46,69</b>	<b>443,93</b>	<b>0,30</b>	<b>5,48</b>	<b>897,33</b>	<b>3,11</b>	<b>238,41</b>	<b>258,4</b>	<b>50,36</b>	<b>4,02</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>27,06</b>	<b>24,76</b>	<b>103,71</b>	<b>745,94</b>	<b>0,97</b>	<b>60,17</b>	<b>816</b>	<b>7,72</b>	<b>109,16</b>	<b>358,56</b>	<b>107,30</b>	<b>7,84</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

13 апреля 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	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>27,06</b>	<b>24,76</b>	<b>103,71</b>	<b>745,94</b>	<b>0,97</b>	<b>60,17</b>	<b>816</b>	<b>7,72</b>	<b>109,16</b>	<b>358,56</b>	<b>107,30</b>	<b>7,84</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	150/5	6,25	6,38	32,48	217,04	0,03	0,94	38,3	0,05	90,66	66,3	10,26	0,12	
Пицца "Детская"	75	12,85	10,7	22,3	237,3	0,08	1,42	36,23	1,41	109,85	157,23	19,94	1,53	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
<b>Итого</b>		<b>19,26</b>	<b>17,24</b>	<b>73,67</b>	<b>532,99</b>	<b>0,12</b>	<b>6,36</b>	<b>76,6</b>	<b>1,54</b>	<b>207,36</b>	<b>227,9</b>	<b>33,80</b>	<b>2,58</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

13 апреля 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	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,1	0,62	312,99	1,78	289,1	338,60	27,66	2,68	
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	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>27,59</b>	<b>24,11</b>	<b>55,65</b>	<b>554,06</b>	<b>0,36</b>	<b>4,02</b>	<b>313,13</b>	<b>2,84</b>	<b>425,20</b>	<b>385,64</b>	<b>52,30</b>	<b>4,60</b>	<b>60,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

**13 апреля 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	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет запеченный с сыром	160	20,18	21,78	2,63	288,62	0,1	0,67	335,78	1,91	315,8	365,76	29,91	2,86	
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	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>29,04</b>	<b>25,69</b>	<b>55,82</b>	<b>574,90</b>	<b>0,37</b>	<b>4,07</b>	<b>335,92</b>	<b>2,97</b>	<b>451,90</b>	<b>412,80</b>	<b>54,55</b>	<b>4,78</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Салат из свеклы с яблоками	100	1,14	5,18	9,92	91,6	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,64	17,66	1,62	
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	7,8	4,88	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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	
<b>Итого</b>		<b>29,59</b>	<b>29,78</b>	<b>120,75</b>	<b>865,50</b>	<b>0,61</b>	<b>49,17</b>	<b>675</b>	<b>6,81</b>	<b>134,09</b>	<b>271,76</b>	<b>118,19</b>	<b>8,43</b>	<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**

**13 апреля 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	
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,1	0,62	312,99	1,78	289,1	338,60	27,66	2,68	
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	70	5,6	0,7	38,5	182	0,24			1,05	14	45,5	9,8	1,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>27,59</b>	<b>24,11</b>	<b>55,65</b>	<b>554,06</b>	<b>0,36</b>	<b>4,02</b>	<b>313,13</b>	<b>2,84</b>	<b>425,20</b>	<b>385,64</b>	<b>52,30</b>	<b>4,60</b>	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	100	1,14	5,18	9,92	91,6	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,64	17,66	1,62	
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	7,8	4,88	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
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	
<b>Итого</b>		<b>29,59</b>	<b>29,78</b>	<b>120,75</b>	<b>865,50</b>	<b>0,61</b>	<b>49,17</b>	<b>675</b>	<b>6,81</b>	<b>134,09</b>	<b>271,76</b>	<b>118,19</b>	<b>8,43</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.





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

13 апреля 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Салат из свеклы с яблоками	100	1,14	5,18	9,92	91,6	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,64	17,66	1,62	
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	7,8	4,88	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	#####	49,44	3,11	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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		29,59	29,78	120,75	865,50	0,61	49,17	675	6,81	134,09	#####	118,19	8,43	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Каша пшенная молочная вязкая с маслом	180/5	7,72	7,87	38,54	256,75	0,22	1,12	42,86	0,19	120,48	#####	49,64	1,35	
Пицца "Детская"	75	12,85	10,7	22,3	237,3	0,08	1,42	36,23	1,41	109,85	#####	19,94	1,53	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Итого		20,73	18,73	79,73	572,70	0,31	6,54	81,1	1,68	237,18	345,7	73,18	3,81	130,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.