

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

**21 апреля 2021**

**Бесплатное горячее питание 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	
<b>Плов из мяса птицы</b>	170	14,36	19,97	35,21	377,46	0,1	3,75	234,20	2,92	21,17	172,68	39,94	1,43	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
<b>Масло сливочное</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Яблоко</b>	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		17,24	27,92	71,62	608,46	0,23	13,75	284,20	3,67	45,87	206,2	53,14	4,43	<b>57,43</b>

**Бесплатное горячее питание 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	
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
<b>Гуляш</b>	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,6	47,18	8,7	0,88	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		27,55	24,25	97,82	718,06	0,50	26,23	198	5,62	85,95	306,90	66,95	5,86	<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**

**21 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	
<b>Плов из мяса птицы</b>	170	14,36	19,97	35,21	377,46	0,1	3,75	234,20	2,92	21,17	172,68	39,94	1,43	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
<b>Масло сливочное</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Яблоко</b>	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		17,24	27,92	71,62	608,46	0,23	13,75	284,20	3,67	45,87	206,2	53,14	4,43	<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	
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
<b>Гуляш</b>	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,6	47,18	8,7	0,88	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		27,55	24,25	97,82	718,06	0,49	26,23	198	5,62	83,35	284,15	56,45	5,79	<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

21 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>														
Плов из мяса птицы	170	14,36	19,97	35,21	377,46	0,1	3,75	234,20	2,92	21,17	172,68	39,94	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		17,24	27,92	71,62	608,46	0,23	13,75	284,20	3,67	45,87	206,2	53,14	4,43	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,76	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		29,05	25,22	106,97	769,68	0,52	32,23	239	6,16	93,38	302,14	62,24	6,12	<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

21 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,76	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>29,45</b>	<b>25,27</b>	<b>109,72</b>	<b>782,68</b>	<b>0,52</b>	<b>32,23</b>	<b>239</b>	<b>6,16</b>	<b>93,38</b>	<b>302,14</b>	<b>62,24</b>	<b>6,12</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рис отварной с маслом	180/5	4,64	4,27	48,02	248,83	0,05		22,5	0,31	13,01	98,7	32,80	0,71	
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>15,56</b>	<b>17,60</b>	<b>95,07</b>	<b>604,15</b>	<b>0,15</b>	<b>4,07</b>	<b>26,1</b>	<b>3,29</b>	<b>150,20</b>	<b>175,1</b>	<b>58,78</b>	<b>1,97</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**

**21 апреля 2021 г**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (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>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,76	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>29,05</b>	<b>25,22</b>	<b>106,97</b>	<b>769,68</b>	<b>0,52</b>	<b>32,23</b>	<b>239</b>	<b>6,16</b>	<b>93,38</b>	<b>302,14</b>	<b>62,24</b>	<b>6,12</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочны й продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>10,92</b>	<b>13,33</b>	<b>47,05</b>	<b>355,32</b>	<b>0,10</b>	<b>4,07</b>	<b>3,6</b>	<b>2,98</b>	<b>137,19</b>	<b>76,4</b>	<b>25,98</b>	<b>1,26</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

21 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>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогашенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционно	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>21,78</b>	<b>31,35</b>	<b>84,58</b>	<b>706,28</b>	<b>0,32</b>	<b>4,42</b>	<b>320,60</b>	<b>6,79</b>	<b>39,62</b>	<b>245,25</b>	<b>55,43</b>	<b>3,23</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
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 обогашенный 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>28,24</b>	<b>26,60</b>	<b>94,63</b>	<b>732,59</b>	<b>0,40</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>5,85</b>	<b>91,05</b>	<b>296,84</b>	<b>60,30</b>	<b>5,52</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**

**21 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	Ca	P	Mg	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
<b>Плов из мяса птицы</b>	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
<b>Масло сливочное</b>	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Сыр порционно</b>	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
<b>Яблоко</b>	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		21,74	27,73	84,52	673,23	0,32	4,42	320,60	6,79	39,62	245,25	55,43	3,23	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**21 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>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционнo	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>24,77</b>	<b>30,79</b>	<b>94,32</b>	<b>755,23</b>	<b>0,34</b>	<b>14,42</b>	<b>348,10</b>	<b>7,04</b>	<b>56,82</b>	<b>257,75</b>	<b>64,43</b>	<b>5,44</b>	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
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	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>31,44</b>	<b>27,00</b>	<b>113,03</b>	<b>820,59</b>	<b>0,56</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>6,53</b>	<b>102,65</b>	<b>348,84</b>	<b>77,10</b>	<b>6,72</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**

**21 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	#####	21,3	2,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
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	
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>31,44</b>	<b>27,00</b>	<b>113,03</b>	<b>820,59</b>	<b>0,56</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>6,53</b>	<b>102,65</b>	<b>#####</b>	<b>77,10</b>	<b>6,72</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Рис отварной с маслом	200/5	5,15	4,35	53,35	272,81	0,06				14,32		36,44	0,79	
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18	0,04	12,0	6,00	0,24	19,2	13,20	10,80	2,6	
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>16,07</b>	<b>17,68</b>	<b>100,40</b>	<b>628,13</b>	<b>0,20</b>	<b>13,27</b>	<b>9,4</b>	<b>3,21</b>	<b>167,31</b>	<b>88,0</b>	<b>72,38</b>	<b>4,59</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

