

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

21 сентября 2020 г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическа я ценност ь (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | Цена |
|---|-----------------|-------------------------|-------------|--------------|--|---------------|--------------|---------------|------------|------------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Макаронные изделия, запеченные с сыром | 160 | 9,42 | 10,91 | 39,56 | 294,96 | 0,1 | 0,09 | 57,84 | 1,96 | 137,12 | 123,89 | 15,85 | 1,02 | |
| 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 витаминами | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,05 | 15 | 7,5 | 0,3 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 | |
| Итого | | 16,25 | 22,8 | 84,24 | 613,52 | 0,22 | 16,39 | 132,46 | 2,7 | 294,94 | 279,09 | 64,55 | 5,68 | 55,00 |

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

1 смена

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные | | | | Цена |
|--|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|---------------|---------------|--------------|---------------|------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак ОБЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия, запеченные с сыром | 160 | 9,42 | 10,91 | 39,56 | 294,96 | 0,1 | 0,09 | 57,84 | 1,96 | 137,12 | 123,89 | 15,85 | 1,02 | |
| 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 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,05 | 15 | 7,5 | 0,3 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 | |
| Итого | | 16,25 | 22,8 | 84,24 | 613,52 | 0,22 | 16,39 | 132,46 | 2,7 | 294,94 | 279,09 | 64,55 | 5,68 | |
| Обед ОБЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 60 | 15,47 | 13,94 | 1,07 | 190,66 | 0,08 | 2,36 | 100,50 | 0,03 | 18,18 | 2,94 | 18,30 | 1,17 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 150/5 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный | 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 | |
| Итого | | 26,58 | 26,84 | 104,07 | 778,23 | 0,29 | 250,69 | 717,75 | 4,4 | 142,26 | 109,0 | 77,53 | 21,17 | |
| | | | | | | | | | | | | | 120,00 | |

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

2 смена

| Прием пищи, наименование | Масс а | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества | | | | Цена |
|---|-----------|---------|-------|--------|-------------|---------------|--------|--------|------|----------------------|--------|-------|-------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Обед ОВЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 60 | 15,47 | 13,94 | 1,07 | 190,66 | 0,08 | 2,36 | 100,50 | 0,03 | 18,18 | 2,94 | 18,30 | 1,17 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 150/5 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 26,58 | 26,84 | 104,07 | 778,23 | 0,29 | 250,69 | 717,75 | 4,38 | 142,26 | 108,97 | 77,53 | 21,17 | |
| Полдник ОВЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия, отварные с маслом | 180/5 | 6,97 | 4,44 | 44,48 | 245,99 | 0,11 | | 22,50 | 1,0 | 18,32 | 56,3 | 10,39 | 1,06 | |
| Пицца "Детская" | 100 | 17,11 | 13,70 | 29,73 | 311,29 | 0,11 | 1,89 | 55,78 | 1,11 | 145,96 | 209,55 | 26,53 | 2,04 | |
| 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 | | 17,27 | 13,86 | 48,62 | 389,94 | 0,12 | 5,89 | 57,78 | 1,19 | 152,81 | 213,95 | 30,13 | 2,97 | 120,00 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



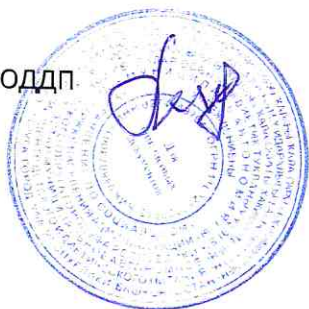
МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные | | | | Цена |
|---|-------|---------|-------|--------|-------------|---------------|--------|--------|------|-------------|--------|-------|-------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| Обед с 7-11 лет (родительская оплата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с | 50 | 12,83 | 11,54 | 0,89 | 157,93 | 0,07 | 1,96 | 83,60 | 0,02 | 14,98 | 2,44 | 15,18 | 0,97 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 150/5 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 23,94 | 24,44 | 103,89 | 745,50 | 0,28 | 250,29 | 700,85 | 4,4 | 139,06 | 108,5 | 74,41 | 20,97 | 65,00 |
| Полдник с 7-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Пицца "Детская" | 100 | 17,11 | 13,70 | 29,73 | 311,29 | 0,11 | 1,89 | 55,78 | 1,11 | 145,96 | 209,55 | 26,53 | 2,04 | |
| 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 | | 17,27 | 13,86 | 48,62 | 389,94 | 0,12 | 5,89 | 57,78 | 1,19 | 152,81 | 213,95 | 30,13 | 2,97 | 45,00 |

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

| Прием пищи, наименование | Масса порци | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества | | | | Цена |
|---|----------------|---------|-------|--------|-------------|---------------|--------|--------|------|----------------------|--------|-------|-------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Завтрак с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия, запеченные с сыром | 200 | 10,59 | 12,08 | 44,51 | 330,06 | 0,1 | 0,10 | 65,01 | 2,13 | 154,01 | 139,22 | 17,81 | 1,14 | |
| 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 витаминами | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Масло сливочное | 15 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,05 | 15 | 7,5 | 0,3 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 | |
| Итого | | 17,4 | 24,0 | 89,2 | 648,6 | 0,23 | 16 | 139,6 | 2,9 | 312 | 294,4 | 66,5 | 5,8 | 65,00 |
| Обед с 12-18 лет (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 80 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 60 | 15,47 | 13,94 | 1,07 | 190,66 | 0,08 | 2,36 | 100,50 | 0,03 | 18,18 | 2,94 | 18,30 | 1,17 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 200/10 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 26,58 | 26,84 | 104,07 | 778,23 | 0,29 | 250,69 | 717,75 | 4,38 | 142,26 | 108,97 | 77,53 | 21,17 | 70,00 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

Завтрак ММС С 12-18 лет

| Прием пищи, наименование | Масс а | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные | | | | Цена |
|---|-----------|---------|-------|-------|-------------|---------------|-------|--------|------|-------------|--------|-------|------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| Макаронные изделия, запеченные с сыром | 180 | 10,59 | 12,08 | 44,51 | 330,06 | 0,1 | 0,10 | 65,01 | 2,13 | 154,01 | 139,22 | 17,81 | 1,14 | |
| 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 витаминами | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,05 | 15 | 7,5 | 0,3 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 | |
| Итого | | 17,42 | 23,97 | 89,19 | 648,62 | 0,2 | 16,40 | 139,63 | 2,87 | 311,83 | 294,42 | 66,51 | 5,80 | 60,00 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

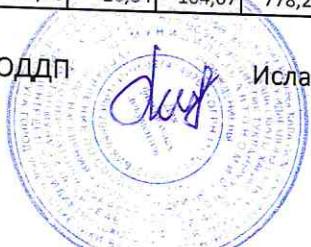
21 сентября 2020 г.

1 Смена

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые вещества | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества | | | | Цена |
|--|-------|------------------|-------|--------|-------------|---------------|--------|--------|------|----------------------|--------|-------|-------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| Завтрак ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия, запеченные с сыром | 180 | 9,42 | 10,91 | 39,56 | 294,96 | 0,1 | 0,09 | 57,84 | 1,96 | 137,12 | 123,89 | 15,85 | 1,02 | |
| 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 витаминами | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | | | 45 | 0,1 | 2,4 | 3 | | 0,02 | |
| Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,05 | 15 | 7,5 | 0,3 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 | |
| Итого | | 16,3 | 22,8 | 84,2 | 613,5 | 0,22 | 16 | 132,5 | 2,7 | 295 | 279,1 | 64,6 | 5,7 | |
| Обед ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 60 | 15,47 | 13,94 | 1,07 | 190,66 | 0,08 | 2,36 | 100,50 | 0,03 | 18,18 | 2,94 | 18,30 | 1,17 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 180/5 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 26,58 | 26,84 | 104,07 | 778,23 | 0,29 | 250,69 | 717,75 | 4,38 | 142,26 | 108,97 | 77,53 | 21,17 | 130,00 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Школьное меню для организации питания учащихся

21 сентября 2020 г.

2 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 | |
| Обед ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 80 | 1,38 | 3,08 | 7,01 | 62,12 | 0,03 | 31,11 | 242,03 | 1,44 | 38,08 | 27,68 | 15,54 | 0,52 | |
| Свекольник | 250/5 | 2,3 | 5,01 | 16,26 | 119,8 | 0,08 | 17,22 | 211,82 | 1,93 | 44,29 | 61,95 | 30,73 | 1,53 | |
| Мясо птицы, припущенное с овощами | 60 | 15,47 | 13,94 | 1,07 | 190,66 | 0,08 | 2,36 | 100,50 | 0,03 | 18,18 | 2,94 | 18,30 | 1,17 | |
| Каша перловая вязкая с маслом | 200/10 | 3,76 | 4,07 | 26,83 | 159,05 | 0,04 | | | | 19,7 | | 0,8 | 16,20 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого | | 26,58 | 26,84 | 104,07 | 778,23 | 0,29 | 250,69 | 717,75 | 4,38 | 142,26 | 108,97 | 77,53 | 21,17 | |
| Полдник ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия, отварные с маслом | 200/5 | 6,97 | 4,44 | 44,48 | 245,99 | 0,11 | | 22,50 | 1,0 | 18,32 | 56,3 | 10,39 | 1,06 | |
| Пицца "Детская" | 100 | 17,11 | 13,70 | 29,73 | 311,29 | 0,11 | 1,89 | 55,78 | 1,11 | 145,96 | 209,55 | 26,53 | 2,04 | |
| 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 | | 24,24 | 18,3 | 93,10 | 635,93 | 0,23 | 5,89 | 80,28 | 2,2 | 171,13 | 270,3 | 40,52 | 4,03 | 130,00 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

