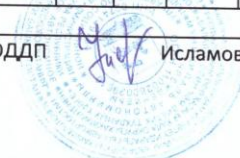


МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся
" 03 сентября 2020 г."

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак Бесплатное горячее питание 7-11 лет														
Филе грудки, припущенное в молочном	40/40	11,19	13,02	4,30	178,55	0,06	1,34	26,90	0,12	38,70	23,28	14,07	0,83	
Каша гречневая вязкая	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
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	
Итого за Завтрак		18,39	25,37	50,72	503,7	0,3	5,33	95,29	0,9	59,04	160,57	93,45	3,76	
Стоимость рациона														55,00
Обед 7-11														
Салат из свежих помидоров	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	
Рассольник ленинградски	250/5	2,38	5,14	17,62	127,21	0,11	17,25	208,83	1,93	25,89	65,53	28,36	1,02	
Колтеты или биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
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 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 за Обед ШК 7-11		21,0	26,57	110,83	769,38	0,41	50,02	391,78	7,68	179,16	345,25	123,76	6,47	
Стоимость рациона														65,00
Полдник														
Пицца "Детская	50	6,46	7,24	18,69	166,18	0,08	1,07			76,81		12,29	0,69	
Напиток лимонный	200	0,07		20,03	79,87		3,99	0,14	0,01	0,6	1,54		0,06	
Творог	50	10,5	2,5	1,5	72,5	0,02	0,25			82		11,5	0,2	
Итого за Полдник ШК		17,03	9,74	40,22	318,55	0,1	5,31	0,14	0,01	159,41	1,54	23,79	0,95	
Итого за день		56,85	58,97	201,2	1568,04	1,03	81,96	4494,47	8,66	388,17	573,79	240,19	13,35	
Стоимость рациона														45,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Меню школьных завтраков, обедов и полдников для организации питания

03 сентября 2020 г.

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)					Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОВЗ, ММС С 12-18 лет														
Филе грудки, припущенное в	50/50	11,19	13,02	4,3	178,55	0,06	1,34	26,9	0,12	38,7	23,28	14,07	0,83	
Каша гречневая вязкая	200/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
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	
Итого за Завтрак ШК		18,32	25,37	50,37	502,7	0,4	11,34	95,15	0,9	58,74	159,03	93,45	3,73	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свежих помидоров	70	0,84	5,05	4,94	68,51	0,01	5,61	1,12	2,26	22,97	24,22	12,47	0,8	
Рассольник ленинградский	250/5	2,38	5,14	17,62	127,21	0,11	17,25	208,83	1,93	25,89	65,53	28,36	1,02	
Колтеты или биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Картофельное пюре	160	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
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 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 за Обед		21,5	23,86	110,61	746,79	0,53	65,31	4399,18	7,75	170,02	413,22	122,95	8,67	
Стоимость рациона														130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 03 сентября 2020 г. "

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 12-18 лет														
Филе грудки, припущенное в молочном соусе	50/50	11,19	13,02	4,30	178,55	0,1	1,34	26,9	0,12	38,70	23,28	14,07	0,83	
Каша гречневая вязкая	200/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
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	
Итого за Завтрак		19,33	25,62	55,00	526,8	0,28	5,33	95,44	0,97	60,91	182,92	108,47	4,26	
Обед с 12-18 лет														
Стоимость рациона														65,00
Салат из свежих помидоров	70	0,79	3,63	3,32	50,57	0,04	14,18	66,1	1,89	14,96	12,99	12,54	0,61	
Рассольник ленинградский	250/5	2,38	5,14	17,62	127,21	0,11	17,25	208,83	1,93	25,89	65,53	28,36	1,02	
Котлеты или биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
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 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 за Обед		21,11	25,46	110,67	760,93	0,45	60,3	458,72	7,32	174,73	340,48	126,05	6,36	
Стоимость рациона														70,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

