

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

| Прием пищи, наименование | Масс а | Пищевые | | | Энерге- тическа я | Витамины (мг) | | | | Минеральные | | | | 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 Бесплатное горячее питание 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины | 60 | 8,76 | 10,79 | 8,98 | 168,21 | 0,05 | 2,16 | 16,14 | 1,21 | 28,9 | 91,82 | 14,71 | 1,35 | |
| Каша полтавская | 150/5 | 4,35 | 4,11 | 25,53 | 156,43 | 0,11 | | 22,5 | 0,73 | 19,14 | 99,38 | 22,68 | 1,68 | |
| 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 | |
| Кисломолочный продукт | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого завтрак | | 18,66 | 18,34 | 63,82 | 497,11 | 0,22 | 6,75 | 38,78 | 2,28 | 173,34 | 212,24 | 55,59 | 3,49 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 55,00 |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 60 | 0,96 | 3,12 | 5,26 | 53,52 | 0,04 | 6,39 | 290,33 | 1,42 | 13,9 | 24,56 | 13,77 | 0,46 | |
| Щи из свежей капусты | 250/10 | 2,03 | 5,7 | 9,11 | 96,86 | 0,07 | 30,04 | 213,1 | 1,91 | 45,28 | 44,58 | 21,22 | 0,77 | |
| Азу | 35/35 | 189,13 | 10,76 | 15,19 | 2,28 | 2,43 | 0,05 | | 16,54 | | 16,79 | 1,75 | 0,94 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,77 | 4,37 | 38,92 | 209,86 | 0,04 | | 23,85 | 0,26 | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Витаминизированный кисель | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| 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 за обед | | 23,85 | 18,55 | 103,52 | 680,22 | 0,61 | 59,55 | 852,29 | 5,96 | 124,19 | 379,58 | 125,98 | 3,84 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 65 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
| Вак-беляш | 100 | 10,72 | 11,32 | 27,74 | 255,66 | 0,12 | 6,94 | | | 31,42 | | 21,88 | 1,7 | |
| Сок фруктовый 0,2 л | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 0,02 | 4 | | | 14 | | 8 | 2,8 | |
| Итого за Полдник | | 11,72 | 11,52 | 47,94 | 347,66 | 0,14 | 10,94 | | | 45,42 | | 29,88 | 4,5 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 45 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 04 сентября 2020 г"

1 СМЕНА

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые вещества | | | Энергетическ | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества | | | | Цена |
|-------------------------------------|----------|------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|------------|---------------|
| | | а | Б | Ж | | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | |
| Завтрак ОВЗ, ММС с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины | 60 | 8,76 | 10,79 | 8,98 | 168,21 | 0,05 | 2,16 | 16,14 | 1,21 | 28,9 | 91,82 | 14,71 | 1,35 | |
| Каша полтавская | 180/5 | 5,22 | 4,21 | 30,62 | 181,1 | 0,14 | | 22,5 | 0,86 | 22,51 | 118,95 | 27,2 | 2,02 | |
| 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 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Сыр порционный | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35 | | 0,07 | | | 100 | | 5,5 | 0,07 | |
| Кисломолочный продукт | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого за Завтрак ст | | 22,16 | 21,1 | 68,91 | 556,78 | 0,25 | 6,82 | 38,78 | 2,41 | 276,71 | 231,81 | 65,61 | 3,9 | |
| Обед ОВЗ, ММС с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 80 | 1,28 | 4,17 | 7,01 | 71,34 | 0,06 | 8,51 | 385,78 | 1,89 | 18,39 | 32,71 | 18,32 | 0,61 | |
| Щи из свежей капусты | 250/10 | 2,03 | 5,7 | 9,11 | 96,86 | 0,07 | 30,04 | 213,1 | 1,91 | 45,28 | 44,58 | 21,22 | 0,77 | |
| Азу | 35/35 | 14,1 | 4,9 | 3,45 | 114,98 | 0,11 | 3,02 | 325,01 | 2,15 | 44,62 | 217,1 | 55,61 | 0,94 | |
| Рис припущенный | 180 | 4,52 | 5,2 | 46,7 | 251,43 | 0,05 | | | | 13,18 | | 31,9 | 0,69 | |
| Витаминизированный кисель | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| 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 за Обед ст | | 24,92 | 20,43 | 113,05 | 739,61 | 0,64 | 61,67 | 923,89 | 6,17 | 130,87 | 307,39 | 135,85 | 4,1 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 130,00 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

1 смена

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые | | | Энергетическая | Витамины (мг) | | | | Минеральные | | | | цена |
|-----------------------------|----------|---------|-------|--------|----------------|---------------|-------|--------|-------|-------------|--------|--------|------|------|
| | | а | б | ж | | у | я | В1 | С | А | Е | Са | Р | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | |
| ОВЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины | 60 | 8,76 | 10,79 | 8,98 | 168,21 | 0,05 | 2,16 | 16,14 | 1,21 | 28,9 | 91,82 | 14,71 | 1,35 | |
| Каша полтавская вязкая | 150/5 | 4,35 | 4,11 | 25,53 | 156,43 | 0,11 | | 22,5 | 0,73 | 19,14 | 99,38 | 22,68 | 1,68 | |
| 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 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | | | 0,33 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | |
| Кисломолочный продукт | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого завтрак | | 18,66 | 18,34 | 63,82 | 497,11 | 0,22 | 6,75 | 38,78 | 2,28 | 173,34 | 212,24 | 55,59 | 3,49 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед ОВЗ с 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 60 | 0,96 | 3,12 | 5,26 | 53,52 | 0,04 | 6,39 | 290,33 | 1,42 | 13,9 | 24,56 | 13,77 | 0,46 | |
| Щи из свежей капусты | 250/10 | 2,03 | 5,7 | 9,11 | 96,86 | 0,07 | 30,04 | 213,1 | 1,91 | 45,28 | 44,58 | 21,22 | 0,77 | |
| Азу | 35/35 | 189,13 | 10,76 | 15,19 | 2,28 | 2,43 | 0,05 | | 16,54 | | 16,79 | 1,75 | 0,94 | |
| Рис припущенный | 150 | 3,77 | 4,37 | 38,92 | 209,86 | 0,04 | | 23,85 | 0,26 | 10,99 | 80,34 | 26,58 | 0,58 | |
| Витаминизированный кисель | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| 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 за обед | | 23,85 | 18,55 | 103,52 | 680,22 | 0,61 | 59,55 | 852,29 | 5,96 | 124,19 | 379,58 | 125,98 | 3,84 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 120 |

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 04 сентября 2020 г"

| Прием пищи, наименование | Масса | Пищевые | | | Энерг е- | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества | | | | Цена |
|---------------------------------------|----------|---------|-------|--------|-------------|---------------|-------|--------|------|----------------------|--------|--------|------|--------------|
| | | а | Б | Ж | | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | |
| Завтрак с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели из говядины | 60 | 8,76 | 10,79 | 8,98 | 168,21 | 0,05 | 2,16 | 16,14 | 1,21 | 28,9 | 91,82 | 14,71 | 1,35 | |
| Каша полтавская | 180/5 | 5,22 | 4,21 | 30,62 | 181,1 | 0,14 | | 22,5 | 0,86 | 22,51 | 118,95 | 27,2 | 2,02 | |
| 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 | |
| Сыр порционный | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35 | | 0,07 | | | 100 | | 5,5 | 0,07 | |
| Кисломолочный продукт | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 | 0,03 | 0,6 | | | 119 | | 14 | 0,1 | |
| Итого за Завтрак ст | | 22,16 | 21,1 | 68,91 | 556,78 | 0,25 | 6,82 | 38,78 | 2,41 | 276,71 | 231,81 | 65,61 | 3,9 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 65,00 |
| Обед с 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 80 | 1,28 | 4,17 | 7,01 | 71,34 | 0,06 | 8,51 | 385,78 | 1,89 | 18,39 | 32,71 | 18,32 | 0,61 | |
| Щи из свежей капусты | 250/10 | 2,03 | 5,7 | 9,11 | 96,86 | 0,07 | 30,04 | 213,1 | 1,91 | 45,28 | 44,58 | 21,22 | 0,77 | |
| Азу | 35/35 | 14,1 | 4,9 | 3,45 | 114,98 | 0,11 | 3,02 | 325,01 | 2,15 | 44,62 | 217,1 | 55,61 | 0,94 | |
| Рис припущенный | 180 | 4,52 | 5,2 | 46,7 | 251,43 | 0,05 | | | | 13,18 | | 31,9 | 0,69 | |
| Витаминизированный кисель | 200 | | | 23,5 | 95 | 0,3 | 20,1 | | | | | | | |
| 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 ст | | 24,92 | 20,43 | 113,05 | 739,61 | 0,64 | 61,67 | 923,89 | 6,17 | 130,87 | 307,39 | 135,85 | 4,1 | |
| Стоимость рациона | | | | | | | | | | | | | | 70,00 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

