

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

" 18 сентября 2020 г"

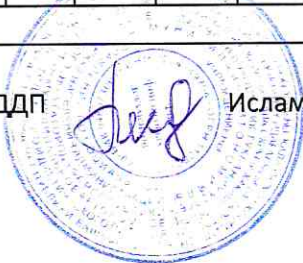
1 смена

Прием пищи, наименование	Масс а	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак БГП с 7-11 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,4	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,7	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 за Завтрак ст		18,88	19,2	65,15	511,47	0,23	7,75	74,18	2,33	175,75	215,39	57,31	3,6	
Стоимость рациона														55,00

2 смена

Обед БГП с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/ 10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	5,00	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/25	9,96	3,46	1,48	77,26	0,07	1,42	232,00	1,53	29,59	155,00	37,40	0,60	
Рис припущенный	150	3,77	4,4	38,9	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,6	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		20,15	17,20	110,97	676,10	0,27	12,81	759,28	5,34	109,76	317,48	107,77	3,6	
Стоимость рациона														55,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся
"18 сентября 2020 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	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	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	
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 со сметаной	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	
Рыба, тушеная с томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,65	217,10	55,61	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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		24,29	18,64	112,92	714,22	0,31	39,45	852,29	5,96	124,82	379,58	125,98	3,90	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энергетическая	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	
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	
Рыба тушеная в томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325	2,15	44,65	217,10	55,61	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	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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	
Полдник														
Каша полтавская молочная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	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	0	0	45,42	0	29,88	4,5	
Стоимость рациона														120

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

Прием пищи, наименование	Масс а	Пищевые			Энерге- тическа я	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	
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 со сметаной	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	
Рыба тушеная в томате с овощами	70/35	14,10	4,90	3,45	114,98	0,11	3,02	325	2,15	44,65	217,10	55,61	0,94	
Рис припущенны й	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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														65,00
Полдник														
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	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														45,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

" 18 сентября 2020 г"

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,62	31,3	94,97	16,43	1,41	
Каша полтавская вязкая с маслом	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	
Зеленый горошек консервированный	20	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2,00			4		4,2	0,14	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		20,37	19,4	71,54	544,14	0,28	9,75	74,18	2,82	183,11	234,96	66,03	4,0	
Стоимость рациона														65,00
Обед с 12-18 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	5,00	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	371,00	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	3,77	4,4	38,9	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,6	0,58	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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.

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

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,26	31,3	94,97	16,43	1,43	
Каша полтавская вязкая с маслом	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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за прием		19,8	19,3	70,2	536	0,26	7,8	74,18	2,46	179	234,96	62	3,9	60,00

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	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 "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	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	3,71	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	3,77	4,4	38,9	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,6	0,58	
Компот из смеси	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		26,39	19,07	113,39	728,08	0,33	39,88	530,99	6,26	131,00	410,48	133,94	4,0	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша полтавская молочная вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14	0	22,5	0,86	22,51	119	27,2	2,02	
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого за Полдник		16,94	15,73	78,56	528,76	0,28	10,94	22,5	0,86	67,93	119	57,08	6,5	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

