

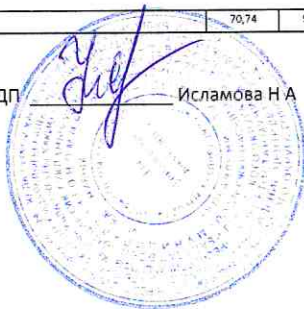
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

на "14 сентября 2020 г"

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	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 11-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,85	0,19		23,4	0,41	13,51	136,6	90,2	3,05	
Филе грудки припущенное с овощами	50	10,77	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69			13,12		14,89	1,67	
Чай с лимоном	200	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	0,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,35	6	15,5	4,2	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого за Завтрак 11-18 лет		25,27	28,95	60,85	599,57	0,27	1,95	101,13	0,92	199,41	259,71	121,25	5,18	65
Завтрак														
Обед 11-18 лет														
Маринад овощной без томата	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/60	0,68	2,8	4,09	44,74	0,02	3			7,66		5,2	0,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	27,51	126,7	27,2	2,15	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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 от		12,05	18,61	109,29	646,83	0,34	27,62	1193,95	5,8	80,58	215,56	89,37	4,81	70
Полдник от														
Итого за день		70,74	91,57	289,09	2271,95	1,06	91,11	1401,91	8,93	576,32	876,98	372,73	20,69	

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

на "14 сентября 2020 г"

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				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 11-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	8,05	
Филе грудки припущенное с овощами	50	10,77	11,69	2,46	157,85	0,04	1,69			13,12		14,89	1,67	
Чай с лимоном	200	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,33	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,75	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	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого за Завтрак 11-18 лет		23,27	28,95	60,85	599,57	0,27	1,95	101,13	0,92	195,41	259,71	121,25	5,18	65
Завтрак														
Обед 11-18 лет														
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,94	5,08	5,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	26,07	19,12	0,45	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	7,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/60	0,66	2,8	4,09	44,74	0,02	3			7,66		5,2	0,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,88	181,1	0,14		22,5	0,82	27,51	125,7	27,2	2,15	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	37,92	128,6					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		12,05	18,61	106,29	649,83	0,34	27,62	1193,35	5,8	86,58	215,56	83,37	4,81	70
Полдник ст														
Итого за день		70,74	91,57	289,09	2271,55	1,06	91,11	1401,91	8,98	576,32	876,98	372,73	20,69	

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

на "14 сентября 2020 г"
2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				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 12-18 лет														
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,34	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	15,32	0,45	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	96,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	27,25	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/60	0,68	2,8	4,09	44,74	0,02	3			7,66		5,2	0,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	27,51	125,7	27,2	2,15	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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	
		12,05	18,61	109,39	649,83	0,34	27,62	1193,85	5,8	88,58	215,56	83,97	4,81	
Полдник ОВЗ 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,34			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
		13,88	16,73	58,45	446,21	0,18	59,82			107,79		48,98	5,76	
Итого за день		70,74	91,57	289,09	2272,85	1,06	91,11	1401,91	8,92	576,32	826,98	372,73	20,69	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

на "14 сентября 2020 г"

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическ	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 ММС 12-18 лет															
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05		
Филе грудки припущенное с овощами	40	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,29	11,25	92	12,77	1,43		
Чай с лимоном	200/7/10	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04		
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		
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
Итого за Завтрак		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94	60,00	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет															
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05		
Филе грудки припущенное с овощами	40	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,29	11,25	92	12,77	1,43		
Чай с лимоном	200/7/10	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04		
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		
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
Итого завтрак		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94		
Обед ОВЗ с 12-18 лет															
Маринад овощной без томата	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45		
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82		
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/60	0,68	2,8	4,09	44,74	0,02	3			7,66		5,2	0,24		
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15		
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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 ст		12,05	18,61	109,29	649,83	0,34	27,62	1193,95	5,8	88,58	215,56	83,37	4,81		
Итого за день		70,74	91,57	289,09	2272,65	1,06	91,11	1401,91	8,93	576,32	826,98	372,73	20,69	130,00	

Начальник ОДП  Исламова Н А

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

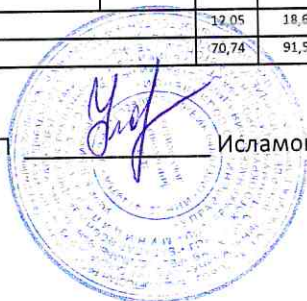
на "14 сентября 2020 г"

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				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 ММС 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
Филе грудки припущенное с овощами	40	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,29	11,25	92	12,77	1,43	
Чай с лимоном	200/7/10	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	
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	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого за Завтрак		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94	60,00
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
Филе грудки припущенное с овощами	40	9,19	10,02	2,11	135,32	0,04	1,46	5,7	1,29	11,25	92	12,77	1,43	
Чай с лимоном	200/7/10	1,85	2	17,74	98,47	0,01	0,19	8,93	0,04	58,38	41,61	6,46	0,04	
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	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Итого завтрак		21,74	27,28	60,5	577,04	0,27	1,72	106,83	2,21	191,54	351,71	119,13	4,94	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,94	6,08	6,81	86,43	0,04	3,3	960	2,86	18,33	28,07	19,92	0,45	
Суп с мелкошинкованными овощами	250/5	2,01	5,01	11,3	98,96	0,09	21,32	211,45	1,9	30,08	48,79	22,25	0,82	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/60	0,68	2,8	4,09	44,74	0,02	3			7,66		5,2	0,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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 ст		12,05	18,61	109,29	649,83	0,34	27,62	1193,95	5,8	88,58	215,56	83,37	4,81	
Итого за день		70,74	91,57	289,09	2272,65	1,06	91,11	1401,91	8,93	576,32	826,98	372,73	20,69	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

14 сентября 2020 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	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак-Сахарный Диабет с 7-11 лет														
Омлет натураль	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,1	0,56	306,62	1,79	121,71	258,12	20,16	2,96	
Чай	200													
Хлеб ржаной с сыром	30/20	6,73	5,62	13,44	133	0,03	0,14	47,6	0,08	205,4	120	17	1,01	
Яблоки	1 шт	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
за Завтрак-Сахарный		23,09	23,24	30,96	431,17	0,18	15,7	361,72	2,17	351,11	394,62	50,66	7,27	
Обед-Сахарный Диабет с 7-11 лет														
Огурцы свежие	30	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Суп с гречневой крупой (без картофеля)	250	2,21	6,43	11	111,34	0,08	5,25	700,2	2,86	29,66	49,17	38,64	1,25	
Гуляш из отварного мяса (без муки с раст.масло)	30/30	9,25	10,79	1,12	138,6	0,04	1,4	123,3	1,55	12,49	95,48	14,63	1,46	
Картофельное пюре	130	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с ЛИМОНОМ	200/7	0,07		0,07	0,07		3,99	0,14	0,01		1,54			
Хлеб	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
за Обед-Сахарный Д		16,07	21,99	45,35	444,64	0,3	35,25	853,09	4,61	98,67	239,52	92,47	4,83	
Итого за день		39,16	45,23	76,31	875,81	0,48	50,95	1214,81	6,78	449,78	634,14	143,13	12,1	
Стоимость рациона														120,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

14 сентября 2020г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				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-Сахарный Диабет с 7 -11 лет														
Омлет натуральный	160	15,76	17,02	2,82	227,67	0,1	0,56	306,62	1,79	121,71	258,12	20,16	2,96	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с сыром	30/20	6,73	5,62	13,44	133	0,03	0,14	47,6	0,08	205,4	120	17	1,01	
Яблоки	1 шт	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за Завтрак-Сахарный Диабет		23,09	23,24	30,96	431,17	0,18	15,7	361,72	2,17	351,11	394,62	50,66	7,27	
Обед-Сахарный Диабет с 7-11 лет														
Огурцы свежие	40	0,21	0,03	0,57	3,3	0,01	2,1	0,9	0,03	5,1	9	4,2	0,15	
Суп с гречневой крупой (без картофеля)	250	2,21	6,43	11	111,34	0,08	5,25	700,2	2,86	29,66	49,17	38,64	1,25	
Гуляш из отварного мяса (без муки с раст.маслом)	30/30	9,25	10,79	1,12	138,6	0,04	1,4	123,3	1,55	12,49	95,48	14,63	1,46	
Картофельное пюре	150	2,86	4,44	19,15	128,33	0,14	22,51	28,55	0,16	46,02	84,33	29	1,1	
Чай с лимоном	200/7	0,07		0,07	0,07		3,99	0,14	0,01		1,54			
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед-Сахарный Диабет		16,07	21,99	45,35	444,64	0,3	35,25	853,09	4,61	98,67	239,52	92,47	4,83	
Итого за день		39,16	45,23	76,31	875,81	0,48	50,95	1214,81	6,78	449,78	634,14	143,13	12,1	
Стоимость рациона														130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

