

**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"**  
**Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся**  
**1 смена**  
**Бесплатное горячее питание**

" 13 ноября 2020 г."

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак 7-11 лет															
<b>Тефтели из говядины</b>	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04				
<b>Соус томатный</b>	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08		
<b>Каша полтавская вязкая с маслом</b>	150/4	4,32	4,08	25,37	155,42	0,11		22,36	0,73	19,02	98,74	22,53	1,67		
<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03		
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33		
<b>Кисломолочный продукт</b>	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1		
<b>Итого завтрак</b>		18,49	18,38	61,27	486,93	0,18	5,59	57,9	2	146,73	122,97	42,45	2,21		
<b>Стоимость рациона</b>														54,34	

2 смена

Обед 7-11 лет														
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03			36,22		16,98	0,62	
<b>Рыба , тушеная с томате с овощами</b>	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
<b>Рис припущенный</b>	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
<b>Витаминизирован ный кисель</b>	200			23,5	95	0,3	20,1							
<b>Хлеб пшеничный обогащенный</b>	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого за обед</b>		17,95	12,88	90,27	551,68	0,52	46,29	252,85	2,24	86,6	237,71	88,52	2,88	54,34

Начальник ОДДП Исламова Н.А.



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

**1 смена**

**" 13 ноября 2020 г."**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак 7-11 лет</b>														
<b>Тефтели из говядины</b>	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
<b>Соус томатный</b>	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
<b>Каша полтавская вязкая с маслом</b>	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный</b>	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
<b>Кисломолочный продукт</b>	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого завтрак</b>		18,52	18,41	61,43	487,94	0,18	5,59	58,04	2	146,85	123,61	42,6	2,22	
<b>Стоимость рациона</b>														55,00

**2 смена**

<b>Обед 7-11 лет</b>														
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03			36,22		16,98	0,62	
<b>Рыба, тушеная с томате с овощами</b>	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
<b>Рис припущенный</b>	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
<b>Витаминизированный кисель</b>	200			23,5	95	0,3	20,1							
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	25	1,90	0,20	12,30	58	0,03			0,22	5	16	3,5	0,27	
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого за обед</b>		17,95	12,88	90,27	551,68	0,52	46,29	252,85	2,24	86,6	237,71	88,52	2,88	55,00

Начальник ОДП: Исламова Н.А.



**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"**  
**Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся**  
**"13 ноября 2020 г."**

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	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рыба, тушеная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	8,93	86,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,53	23,04	0,5	
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		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	58,87	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	65,00
Полдник														
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого за Полдник		9,05	8,56	41,03	282,63	0,11	9,19			37,40		24,41	4,1	
Стоимость рациона														45,00

Начальник ОДДП — Исламова Н.А.



**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"**  
**Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся**  
**"13 ноября 2020 г."**

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	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	
<b>Завтрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
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	
<b>Итого завтрак</b>		<b>18,52</b>	<b>18,41</b>	<b>61,43</b>	<b>487,94</b>	<b>0,18</b>	<b>5,59</b>	<b>58,04</b>	<b>2</b>	<b>146,85</b>	<b>123,61</b>	<b>42,6</b>	<b>2,22</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
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	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рыба, тушеная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	6,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,53	23,04	0,5	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>19,19</b>	<b>16,39</b>	<b>97,17</b>	<b>616,47</b>	<b>0,57</b>	<b>58,67</b>	<b>750,93</b>	<b>5,56</b>	<b>105,16</b>	<b>303,8</b>	<b>106,08</b>	<b>3,48</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.*



**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"**  
**Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся**  
**"13 ноября 2020 г."**

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			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	
<b>ОВЗ с 7-11 лет</b>														
<b>Обед</b>														
<b>Салат "Степной"</b>	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	
<b>Щи из свежей капусты</b>	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
<b>Рыба , тушеная с томате с овощами</b>	50/25	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
<b>Рис припущенный</b>	150	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
<b>Витаминизирован ный кисель</b>	200			23,5	95	0,3	20,1							
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
<b>Итого за обед</b>		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	58,67	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	
<b>Полдник</b>														
<b>Каша полтавская вязкая с маслом</b>	150/5	3,47	2,57	20,41	118,53	0,09				14,93		18,13	1,34	
<b>Вак-беляш</b>	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
<b>Сок фруктовый 0,2л</b>	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
<b>Итого за Полдник</b>		12,52	11,13	61,44	401,16	0,2	9,19			52,33		42,54	5,41	
<b>Стоимость рациона</b>														120

Начальник ОДД  Исламова Н.А.



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

" 13 ноября 2020 г"

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			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	
<b>Завтрак с 12-18 лет</b>														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,88	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
Зеленый горошек консервированный	20	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2			4		4,2	0,14	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого за Завтрак ст</b>		20,01	18,55	67,82	520,61	0,23	7,59	58,04	2,13	154,22	143,18	51,32	2,7	
<b>Стоимость рациона</b>														<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
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 со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	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	
<b>Итого за Обед ст</b>		20,76	18,85	111,89	703,8	0,6	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119,49	3,82	
<b>Стоимость рациона</b>														<b>70,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



**МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ**  
**Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся**  
**" 13 ноября 2020 г"**  
**1 СМЕНА**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				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		
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>															
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04				
Соус томатный	20	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,66	22,51	118,95	27,2	2,02		
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	0,55	1,94	2,04	27,89	0,01	0,13			14,03		1,82	0,05		
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	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		19,72	19,57	67,22	526,14	0,21	4,72	22,64	2,08	161,84	140,03	47,22	2,53		
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>															
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 со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76		
Рыба, тушенная в томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67		
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	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		20,76	18,85	111,89	703,8	0,6	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119,49	3,82		
Стоимость рациона														<b>130,00</b>	

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**" 13 ноября 2020 г."**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
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	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	
<b>Итого за прием</b>		<b>19,8</b>	<b>19,3</b>	<b>70,2</b>	<b>536</b>	<b>0,26</b>	<b>7,8</b>	<b>74,18</b>	<b>2,46</b>	<b>179</b>	<b>234,96</b>	<b>62</b>	<b>3,9</b>	<b>60,00</b>

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тический	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
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 со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	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	
<b>Итого за Обед</b>		<b>20,76</b>	<b>18,85</b>	<b>111,89</b>	<b>703,8</b>	<b>0,6</b>	<b>60,79</b>	<b>854,03</b>	<b>6,12</b>	<b>113,3</b>	<b>338,71</b>	<b>119,49</b>	<b>3,82</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Каша полтавская молочная вязкая с	180/5	3,47	2,57	20,41	118,53	0,09				14,93		18,13	1,34	
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
Сок фруктовый 0,2л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>12,52</b>	<b>11,13</b>	<b>61,44</b>	<b>401,16</b>	<b>0,2</b>	<b>9,19</b>			<b>52,33</b>		<b>42,54</b>	<b>5,41</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП:  Исламова Н.А.

