

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"ГО г.Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	8,82	10,26	37,09	276,79	0,1	0,08			127,99		14,82	0,95	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0,03			0,28	5	16,3	3,5	0,28	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		15,15	22,0	76,37	569,50	0,20	13,38	73,12	0,6	280,01	148,65	60,12	4,90	54,34

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Свекольник со сметаной	250/5	2,30	5,01	16,26	119,80	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	30/30	9,65	13,45	3,71	174,66	0,04	1,49	12,84	2,03	24,25	99,09	14,27	1,49	
Каша перловая вязкая с маслом	150/4	3,12	3,96	22,20	137,06	0,04		22,36	0,42	16,69	108,36	13,41	0,63	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,60	0,01	200,00	163,40	0,76	12,60	3,40	3,40	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02			0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	0,03				5,40		6,00	0,87	
Итого		18,74	23,16	95,07	678,12	0,22	218,71	410,42	5,36	107,23	285,80	70,61	5,40	54,34

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
30 ноября 2020 г.

Завтраки ММС с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	9,42	10,91	39,56	294,96	0,1	0,09	57,84	1,96	137,12	123,89	15,85	1,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
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	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		16,13	22,7	81,30	599,42	0,21	13,39	130,96	2,6	290,14	275,79	61,85	5,02	

Завтраки ММС с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Свекольник со сметаной	250/5	2,30	5,01	16,26	119,80	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	30/30	9,65	13,45	3,71	174,66	0,04	1,49	12,84	2,03	24,25	99,09	14,27	1,49	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50	0,42	16,80	109,06	13,50	0,63	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,60	0,01	200,00	163,40	0,76	12,60	3,40	3,40	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02			0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	0,03				5,40		6,00	0,87	
Итого		18,76	23,19	95,21	679,01	0,22	218,71	410,56	5,36	107,34	286,50	70,70	5,40	55,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	9,42	10,91	39,56	294,96	0,1	0,09	57,84	1,96	137,12	123,89	15,85	1,02	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
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	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		16,25	22,8	84,24	613,52	0,22	16,39	132,46	2,7	294,94	279,09	64,55	5,68	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	35/35	11,26	15,82	4,33	204,96	0,05	1,74	14,98	2,43	28,29	115,61	16,65	1,74	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50	0,42	16,80	109,06	13,50	0,63	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		21,75	28,64	102,84	771,43	0,26	250,07	654,73	7,2	149,46	330,7	88,62	6,17	120,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	35/35	11,26	15,82	4,33	204,96	0,05	1,74	14,98	2,43	28,29	115,61	16,65	1,74	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50	0,42	16,80	109,06	13,50	0,63	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		21,75	28,64	102,84	771,43	0,26	250,07	654,73	7,20	149,46	330,70	88,62	6,17	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Макаронные изделия, отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50	1,0	18,32	56,3	10,39	1,06	
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Итого		17,27	13,86	48,62	389,94	0,12	5,89	57,78	1,19	152,81	213,95	30,13	2,97	120,00

Начальник ОДДП Исалмова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед с 7-11 лет (родительская оплата)														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	35/35	11,26	15,82	4,33	204,96	0,05	1,74	14,98	2,43	28,29	115,61	16,65	1,74	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		22,37	28,72	107,33	792,53	0,26	250,07	632,23	6,8	152,37	221,6	75,88	21,74	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Итого		17,27	13,86	48,62	389,94	0,12	5,89	57,78	1,19	152,81	213,95	30,13	2,97	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

Прием пищи, наименование	Масса порци	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Макаронные изделия, отварные с маслом	180/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Филе грудки, припущенное с овощами	40	12,82	11,76	0,88	159,83	0,1	1,96	80,00	0,37	14,78	2,22	15,18	0,97	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	65,00
Итого		25,3	20,6	79,6	608,7	0,27	15	130,6	1,8	181	198,3	69,8	5,8	
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,83	0,04	41,48			51,51		20,76	0,70	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	40/40	12,87	18	4,95	233,47	0,06	1,98			32,33		19,02	1,99	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		24,44	31,92	110,28	841,75	0,28	260,68	375,22	2,91	169,84	78,35	83,47	22,17	70,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

ноября 2020 г.

1 Смена

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	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Макаронные изделия, отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Филе грудки, припущенное с овощами	40	12,82	11,76	0,88	159,83	0,1	1,96	80,00	0,37	14,78	2,22	15,18	0,97	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		25,3	20,6	79,6	608,7	0,27	15	130,6	1,8	181	198,3	69,8	5,8	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	40/40	12,87	18	4,95	233,47	0,06	1,98			32,33		19,02	1,99	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		23,98	30,90	107,95	821,04	0,27	250,31	617,25	4,35	156,41	106,03	78,25	21,99	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порци	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 из белокочанной капусты с морковью	80	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Свекольник	250/5	2,3	5,01	16,26	119,8	0,08	17,22	211,82	1,93	44,29	61,95	30,73	1,53	
Бефстроганов	40/40	12,87	18	4,95	233,47	0,06	1,98			32,33		19,02	1,99	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04				19,7		0,8	16,20	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
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		23,98	30,90	107,95	821,04	0,27	250,31	617,25	4,35	156,41	106,03	78,25	21,99	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Макаронные изделия, отварные с маслом	200/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,50	1,0	18,32	56,3	10,39	1,06	
Пицца "Детская"	100	17,11	13,70	29,73	311,29	0,11	1,89	55,78	1,11	145,96	209,55	26,53	2,04	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Итого		24,24	18,3	93,10	635,93	0,23	5,89	80,28	2,2	171,13	270,3	40,52	4,03	130,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

30 ноября 2020 г.

Завтрак ММС С 12-18 лет

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронные изделия, отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,1		22,50	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Филе грудки, припущенное с овощами	40	12,82	11,76	0,88	159,83	0,1	1,96	80,00	0,37	14,78	2,22	15,18	0,97	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		25,27	20,59	79,57	608,69	0,3	15,26	130,62	1,79	180,99	198,30	69,84	5,83	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

