

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

07 декабря 2020 г

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/4	4,76	4,14	21,46	141,94	0,16		18,75	0,34	11,40	112,95	75,18	2,54	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,53	18,32	58,54	459,69	0,27	15,99	210,29	1,34	69,00	252,33	96,66	6,91	54,34

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп с мелкошинкованн ыми 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	
Рыба припущенная	40	7,82	2,44		53,41	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Каша Артек вязкая с маслом	180/4	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 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		18,25	12,17	98,39	572,07	0,34	21,57	238,87	4,0	83,74	305,61	85,40	4,53	54,34

Начальние ОДП  Исламова Н. А.



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

07 декабря 2020 г

Завтрак ММС с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенн й 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	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,54	19,04	58,56	466,30	0,3	15,99	214,79	1,35	69,24	252,63	96,66	6,92	55,00

Завтрак ММС 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Суп с мелкошинко ванными 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	
Рыба припущенна	40	7,82	2,44		53,41	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Каша Артек 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 обогащенн й 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		18,25	12,17	98,39	572,07	0,34	21,57	238,87	4,0	83,74	305,61	85,40	4,53	55,00

Начальник ОДП

Исламова Н. А.

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

07 декабря 2020 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Зактрак ОВЗ с 7-11 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Яйцо отварное	1	6,86	6,21	0,38	84,78	0,04		140,40	0,32	29,70	103,68	6,48	1,35	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,00	6,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		14,54	19,04	58,56	466,30	0,27	15,99	214,79	1,35	69,24	252,63	96,66	6,92	
Обед ОВЗ с 7-11 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 мелкошинкованн ыми 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	
Рыба припущенная	50	9,78	3,05		66,76	0,07	0,31	6,15	1,28	26,44	147,65	33,94	0,51	
Каша Артек 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 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		21,15	18,86	105,20	671,85	0,39	24,93	1200,10	7,1	107,36	363,21	112,11	5,08	120,00

Начальник ОДДП  Исламова Н А



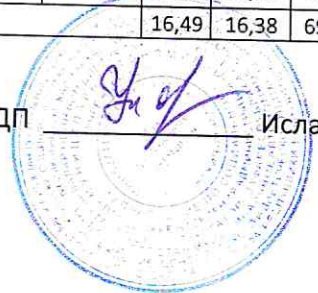
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа
Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2020 г"

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед ОВЗ 7-11 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 мелкошинкован ными 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	
Рыба припущенная	40	9,78	3,05		66,76	0,07	0,31	6,15	1,28	26,44	147,65	33,94	0,51	
Каша Артек 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 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	18,86	105,20	671,85	0,4	24,93	1200,10	7,08	107,36	363,21	112,11	5,08	
Полдник ОВЗ 7-11 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Итого		16,49	16,38	69,42	496,2	0,30	10,94	23,25	0,35	57,06	113,25	105,06	7,05	120,00

Начальник ОДДП _____



Исламова Н А

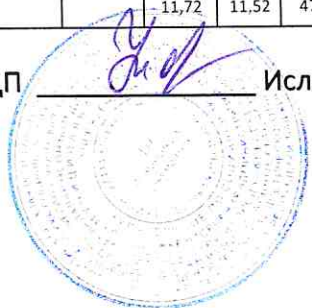
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическа	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
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	
Рыба припущенная	50	9,78	3,05		66,76	0,07	0,31	6,15	1,28	26,44	147,65	33,94	0,51	
Каша Артек 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 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		21,15	18,86	105,20	671,85	0,39	24,93	1200,10	7,1	107,36	363,21	112,11	5,08	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
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		11,72	11,52	47,94	347,66	0,14	10,94			45,42		29,88	4,5	45,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

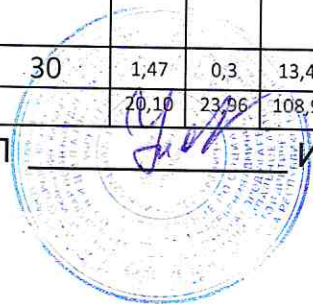
07 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак 11-18 лет (родительская плата)														
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	50	12,82	11,76	0,88	159,83	0,07	1,96	83,6	0,02	14,98	2,44	15,18	0,97	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
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		23,59	27,02	51,58	543,05	0,29	6,02	175,94	0,91	137,19	220,54	115,08	4,47	65,00

Обед 11-18 лет (родительская плата)

Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
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	
Рыба припущенная	60	7,82	2,44		53,41	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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		20,10	23,96	108,96	728,83	0,40	25,97	1496,37	7,0	111,69	217,33	114,98	5,38	70,00

Начальник ОДДП _____ Исламова Н А



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

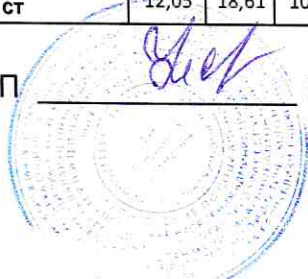
07 декабря 2020 г

1 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	
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	10,18	9,3	0,7	126,63	0,05	1,56	64,0	0,28	11,99	2	12,08	0,77	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,30			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	
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		20,95	24,56	51,4	509,85	0,27	5,62	156,34	1,17	134,20	219,87	111,98	4,27	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
Суп с мелкошинкован ными 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	
Рыба припущенная	60	7,82	2,44		53,41	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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 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	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н А

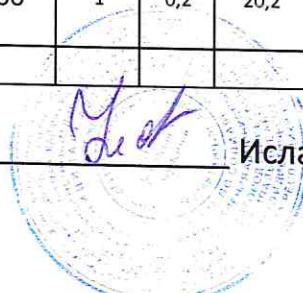


МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

07 декабря 2020 г
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 12-18 лет														
Маринад овощной без томата	80	1,26	8,11	7,08	107,26	0,05	4,4	1280	3,81	24,38	37,42	26,56	0,60	
Суп с мелкошинкова нными 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	
Рыба припущенная	60	7,82	2,44		53,41	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Каша Артек вязкая с маслом	200/10	5,58	7,85	34,38	230,60	0,15				26,08		30,22	2,40	
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		20,10	23,96	108,96	728,83	0,40	25,97	1496,37	7,0	111,69	217,33	114,98	5,38	
Полдник ОВЗ 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	200/5	6,34	5,28	28,62	187,05	0,22		23,5	0,45	14,88	150,5	100,2	3,39	
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														130,00

Начальник ОДДП



Исламова Н А