

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

11 декабря 2020 г

**Бесплатное горячее питание с 7-11 лет**

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Тефтели из говядины</b>	60	8,8	11,63	9,40	177,35	0,07	2,16	2,64	2,57	28,18	102,58	14,71	1,46	
<b>Соус томатный</b>	20	0,21	0,31	1,12	8,33	0,01	1	30,0	0,17	2,11	3,03	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	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	30	2,40	0,30	16,50	78,0	0,10			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
<b>Кисломолочный продукт</b>	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		18,49	18,38	61,27	486,93	0,18	5,59	57,9	2	146,73	122,97	42,45	2,21	54,34

**Бесплатное горячее питание с 7-11 лет**

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,52	33,58	33,83	16,71	0,61	
<b>Рыба , тушеная с томате с овощами</b>	50/25	10,07	4,07	1,47	83,28	0,08	2,16	232,15	1,80	31,42	157,40	39,7	0,66	
<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</b>	20	1,60	0,20	11,00	52	0,07			0,30	4	13	2,8	0,50	
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	30	2,40	0,3	13,80	66	0,12			0,51	8,7	39	13	0,90	
<b>Итого</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 ОДДФ  Исламова Н.А.



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

11 декабря 2020 г  
Завтраки ММС с 7-11 лет

1 смена

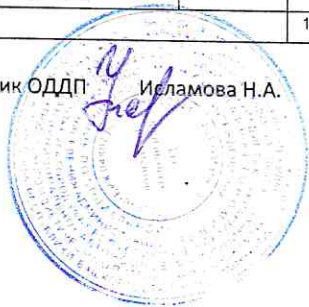
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Тефтели из говядины	60	8,4	9,96	5,25	144,68				0,88			0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08		
Каша полтавская 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		
Итого		18,52	18,41	61,43	487,94	0,18	5,59	58,04	2	146,85	123,61	42,6	2,22	55,00	

Завтраки ММС с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03			36,22		16,98	0,62	
Рыба, тушеная с 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	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизирован ный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	1,90	0,20	12,30	58	0,03			0,22	5	16	3,5	0,27	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		17,95	12,66	90,27	551,68	0,52	46,29	252,85	2,24	86,6	237,71	88,52	2,88	55,00

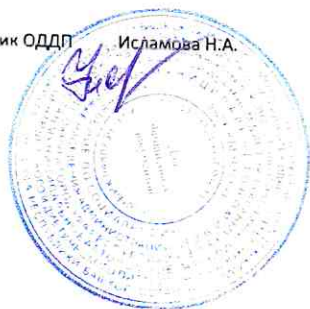
Начальник ОДП Исламова Н.А.



**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**  
**11 декабря 2020 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<b>Обед 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Салат "Степной"	60	0,66	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 , тушенная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	6,93	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	69,63	23,04	0,5	
Витаминизирова нный 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		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	56,67	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	65,00
<b>Полдник с 7- 18 лет (родительская плата)</b>														
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		9,05	8,56	41,03	282,63	0,11	9,19			37,40		24,41	4,1	45,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.





**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**  
**11 декабря 2020 г."**

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<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 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	52	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</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	8,93	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	69,63	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" ГО г.Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

11 декабря 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	
<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	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	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	150	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизирован ный 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		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 ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	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	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		12,52	11,13	61,44	401,16	0,2	9,19			52,33		42,54	5,41	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП ..... Исламова Н.А.



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

11 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</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	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,61	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</b>		<b>20,01</b>	<b>18,55</b>	<b>67,82</b>	<b>520,61</b>	<b>0,23</b>	<b>7,59</b>	<b>58,04</b>	<b>2,13</b>	<b>154,22</b>	<b>143,18</b>	<b>51,32</b>	<b>2,7</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</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</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>70,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

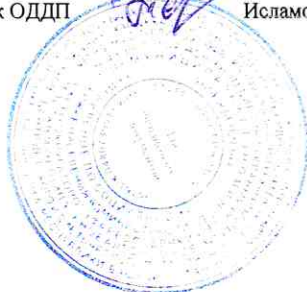
**11 декабря 2020 г**

**Завтрак ММС с 12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Тефтели из говядины</b>	60	8,8	11,63	9,40	177,35	0,07	2,16	2,64	2,57	28,18	102,58	14,71	1,46	
<b>Соус томатный</b>	20	0,21	0,31	1,12	8,33	0,01	1	30,0	0,17	2,11	3,03	1,72	0,08	
<b>Каша полтавская вязкая с маслом</b>	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
<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 за прием</b>		19,8	19,6	70,5	539	0,28	7,8	55,28	3,94	178	245,60	62	4,0	<b>60,00</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





**МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ " ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**  
**11 декабря 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		
<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 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		
<b>Итого</b>		<b>19,72</b>	<b>19,57</b>	<b>67,22</b>	<b>526,14</b>	<b>0,21</b>	<b>4,72</b>	<b>22,64</b>	<b>2,08</b>	<b>161,84</b>	<b>140,03</b>	<b>47,22</b>	<b>2,53</b>		
<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 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</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>130,00</b>	

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.





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

**11 декабря 2020 г**

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тичес	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	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	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	
Витаминизиро ванный 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	
		20,76	18,9	111,89	704	0,60	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119	3,82	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Каша полтавская молочная вязкая с маслом	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	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
		12,52	11,13	61,44	401,16	0,2	9,19			52,33		42,54	5,41	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

