

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

**27 января 2021**

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

**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Огурцы консервированные порционно</b>	20	0,16	0,02	0,34	2,6		1	1	0,02	4,6	4,8	2,8	0,12	
<b>Плов из мяса птицы</b>	220	18,59	25,85	45,58	488,56	0,13	4,87	303,22	6,37	27,41	223,52	51,72	1,85	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания</b>	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Масло сливочное порционно</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Итого</b>		22,83	33,62	83,53	727,16	0,30	5,87	349,22	7,24	44,71	263,8	61,52	3,27	<b>57,43</b>

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

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Рассольник домашний со сметаной</b>	200/5	1,93	5,04	12,12	102,38	0,09	21,02	168,23	1,91	31,37	54,81	23	0,88	
<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
<b>Каша перловая вязкая с маслом</b>	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		25,87	23,25	88,45	666,34	0,49	24,32	383	4,03	97,41	395,23	81,18	5,93	<b>57,43</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

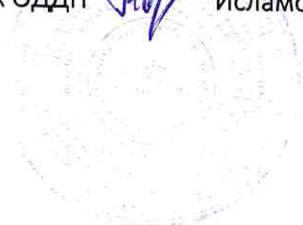
**27 января 2021 г**  
**ММС с 7-11 лет**  
**1 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Огурцы консервированные порционно</b>	20	0,16	0,02	0,34	2,6		1	1	0,02	4,6	4,8	2,8	0,12	
<b>Плов из мяса птицы</b>	220	18,59	25,85	45,58	488,56	0,13	4,87	303,22	6,37	27,41	223,52	51,72	1,85	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для</b>	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Масло сливочное порционно</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Итого</b>		22,75	26,37	83,40	661,06	0,30	5,87	304,22	7,14	42,31	260,8	61,52	3,25	<b>57,43</b>

**ММС с 7-11 лет**  
**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Рассольник домашний со сметаной</b>	200/5	1,93	5,04	12,12	102,38	0,09	21,02	168,23	1,91	31,37	54,81	23	0,88	
<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
<b>Каша перловая вязкая с маслом</b>	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,5	0,42	16,8	109,06	13,5	0,63	
<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный</b>	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		22,67	22,85	70,05	578,34	0,33	24,32	383	3,35	85,81	343,23	64,38	4,73	<b>57,43</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

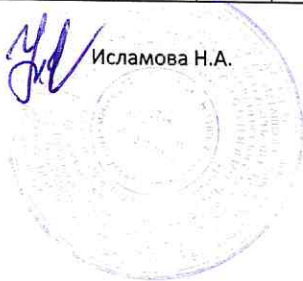
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 января 2021 г.

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Огурцы консервированные порционно	20	0,16	0,02	0,34	2,6		1	1	0,02	4,6	4,8	2,8	0,12	
Плов из мяса птицы	220	18,59	25,85	45,58	488,56	0,13	4,87	303,22	6,37	27,41	223,52	51,72	1,85	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Итого</b>		<b>22,75</b>	<b>26,37</b>	<b>83,40</b>	<b>661,06</b>	<b>0,30</b>	<b>5,87</b>	<b>304,22</b>	<b>7,14</b>	<b>42,31</b>	<b>260,8</b>	<b>61,52</b>	<b>3,25</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рассольник домашний со сметаной	250/5	2,38	6,11	15,11	125,95	0,11	26,27	208,95	2,39	38,11	67,74	29	1,10	
Бефстроганов из отварного мяса	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,7	130,70	16,2	0,76	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>24,14</b>	<b>24,05</b>	<b>80,28</b>	<b>636,01</b>	<b>0,35</b>	<b>29,57</b>	<b>424</b>	<b>3,90</b>	<b>95,46</b>	<b>377,80</b>	<b>72,72</b>	<b>5,08</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

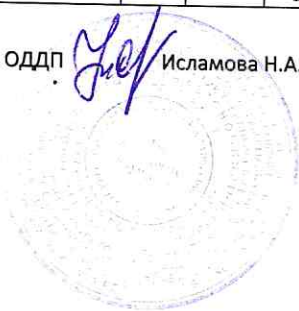
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 января 2021 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рассольник домашний со сметаной	250/5	2,38	6,11	15,11	125,95	0,11	26,27	208,95	2,39	38,11	67,74	29	1,10	
Бефстроганов из отварного мяса	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
Каша перловая вязкая с маслом 150/5 ед.	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,7	130,70	16,2	0,76	
Чай с лимоном и	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>24,14</b>	<b>24,05</b>	<b>80,28</b>	<b>636,01</b>	<b>0,35</b>	<b>29,57</b>	<b>424</b>	<b>3,90</b>	<b>95,46</b>	<b>377,80</b>	<b>72,72</b>	<b>5,08</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рис отварной с маслом	180/5	4,64	4,27	48,02	248,83	0,05		22,5	0,31	13,01	98,7	32,80	0,71	
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>15,56</b>	<b>17,60</b>	<b>95,07</b>	<b>604,15</b>	<b>0,15</b>	<b>4,07</b>	<b>26,1</b>	<b>3,29</b>	<b>150,20</b>	<b>175,1</b>	<b>58,78</b>	<b>1,97</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**

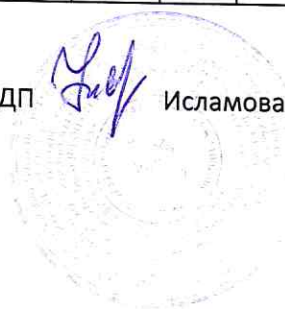
**27 января 2021 г**

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	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Рассольник домашний со сметаной	250/5	2,38	6,11	15,11	125,95	0,11	26,27	208,95	2,39	38,11	67,74	29	1,10	
Бефстроганов из отварного мяса	45/45	14,34	13,41	3,4	191,73	0,06	0,5	192,09	0,41	26,54	151,82	21,44	2,15	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,7	130,70	16,2	0,76	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		24,14	24,05	80,28	636,01	0,35	29,57	424	3,90	95,46	377,80	72,72	5,08	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		7,72	10,13	42,55	293,32	0,07	3,47	3,6	2,98	18,19	76,4	11,98	1,16	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

27 января 2021 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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	####	47,03	1,68	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционно	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Яблоко порционно	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,02	7,5	3,75	0,15	12	8,25	6,75	1,65	
<b>Итого</b>		<b>21,78</b>	<b>31,35</b>	<b>84,30</b>	<b>705,38</b>	<b>0,47</b>	<b>14,42</b>	<b>320,60</b>	<b>6,79</b>	<b>39,32</b>	<b>245,25</b>	<b>55,43</b>	<b>3,20</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,51	6,86	15,29	134,05	0,11	26,29	214,3	2,4	42,51	70,8	29,09	1,11	
Бефстроганов из отварного мяса	50/50	15,93	14,89	3,8	213,02	0,06	0,55	####	0,46	29,03	####	23,79	2,39	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,71	130,7	16,2	0,76	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>26,26</b>	<b>26,33</b>	<b>83,61</b>	<b>678,40</b>	<b>0,38</b>	<b>29,64</b>	<b>450</b>	<b>4,11</b>	<b>104,35</b>	<b>404,21</b>	<b>76,92</b>	<b>5,58</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



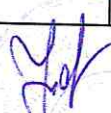
**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**

**27 января 2021 г**

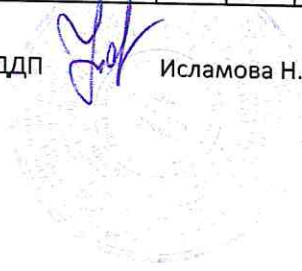
**1 смена**

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	
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	#####	47,03	1,68	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное порционнно	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционнно	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
Яблоко порционнно	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,02	7,5	3,75	0,15	12	8,25	6,75	1,65	
<b>Итого</b>		21,74	27,73	84,24	672,33	0,47	14,42	320,60	6,79	39,32	245,25	55,43	3,20	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,51	6,86	15,29	134,05	0,11	####	214,3	2,4	42,51	70,8	29,09	1,11	
Бефстроганов из отварного мяса	50/50	####	####	3,8	213,02	0,06	0,55	#####	0,46	29,03	#####	23,79	2,39	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,71	130,7	16,2	0,76	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		26,26	26,33	83,61	678,40	0,38	29,64	450	4,11	104,35	404,21	76,92	5,58	<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**

**27 января 2021 г**

**2 смена**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	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>														
Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,51	6,86	15,29	134,05	0,11	26,29	214,3	2,4	42,51	70,8	29,09	1,11	
Бефстроганов из отварного мяса	50/50	15,93	14,89	3,8	213,02	0,06	0,55	####	0,46	29,03	####	23,79	2,39	
Каша перловая вязкая с маслом	180/5	3,76	4,07	26,83	159,05	0,04		22,5	0,49	19,71	####	16,2	0,76	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		26,26	26,33	83,61	678,40	0,38	29,64	450	4,11	104,35	####	76,92	5,58	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Рис отварной с маслом	200/5	5,15	4,35	53,35	272,81	0,06				14,32		36,44	0,79	
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		12,87	14,48	95,90	566,13	0,13	3,47	3,6	2,98	32,51	76,4	48,42	1,95	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП

*Исламова Н.А.*  
Исламова Н.А.





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

**27 января 2021 г**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционно	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
Яблоко порционно	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,02	7,5	3,75	0,15	12	8,25	6,75	1,65	
<b>Итого</b>		21,74	27,73	84,24	672,33	0,47	14,42	320,60	6,79	39,32	245,25	55,43	3,20	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП

*Исламова Н.А.*  
Исламова Н.А.

