

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

26 апреля 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушеная с овощами	50/50	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	446,15	2,49	35,96	164,44	43,48	0,73	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Итого</b>		<b>21,82</b>	<b>14,26</b>	<b>83,68</b>	<b>551,53</b>	<b>0,33</b>	<b>3,51</b>	<b>492,12</b>	<b>3,51</b>	<b>182,37</b>	<b>393,5</b>	<b>108,06</b>	<b>3,57</b>	<b>57,43</b>

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/8	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03	170,48	1,54	36,22	40,3	18,98	0,62	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,8	17,99	2,93	251,97	0,11	4,32	108,9	0,97	21,91	172,41	23,70	1,54	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,8	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>33,87</b>	<b>27,86</b>	<b>97,68</b>	<b>771,86</b>	<b>0,55</b>	<b>28,35</b>	<b>302</b>	<b>4,63</b>	<b>93,62</b>	<b>337,89</b>	<b>71,74</b>	<b>5,27</b>	<b>57,43</b>

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.



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

**26 апреля 2021 г**  
**ММС 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>Рыба, тушеная с овощами</b>	50/50	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	446,15	2,49	35,96	164,44	43,48	0,73	
<b>Рис припущенный</b>	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
<b>Какао с молоком</b>	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
<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>Итого</b>		21,82	14,26	83,68	551,53	0,33	3,51	492,12	3,51	182,37	393,5	108,06	3,57	<b>57,43</b>

**ММС 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>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/8	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03	170,48	1,54	36,22	40,3	16,98	0,62	
<b>Мясо птицы, припущенное в томатном соусе</b>	45/45	19,8	17,99	2,93	251,97	0,11	4,32	108,9	0,97	21,91	172,41	23,70	1,54	
<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<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>		33,67	27,66	97,68	771,86	0,55	28,35	302	4,63	93,62	337,89	71,74	5,27	<b>57,43</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

26 апреля 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>														
Рыба, тушеная с овощами	50/50	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	446,15	2,49	35,96	164,44	43,48	0,73	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Итого</b>		<b>21,82</b>	<b>14,26</b>	<b>83,68</b>	<b>551,53</b>	<b>0,33</b>	<b>3,51</b>	<b>492,12</b>	<b>3,51</b>	<b>182,37</b>	<b>393,5</b>	<b>108,06</b>	<b>3,57</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,8	17,99	2,93	251,97	0,11	4,32	108,9	0,97	21,91	172,41	23,70	1,54	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,32	56	10,39	1,1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	80	0,16			0,65	11,6	52	16,9	1,2	
<b>Итого</b>		<b>35,72</b>	<b>28,28</b>	<b>135,72</b>	<b>818,62</b>	<b>0,58</b>	<b>34,34</b>	<b>349</b>	<b>5,17</b>	<b>101,01</b>	<b>354,05</b>	<b>77,28</b>	<b>5,59</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

26 апреля 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>														
Рыба, тушеная с овощами	60/30	11,97	4,48	1,3	93,89	0,09	1,5	271	1,96	37,52	187,24	46,5	0,74	
Рис припущенный	210	5,3	8,35	54,53	314,16	0,06		47,25	0,4	16,13	113,4	37,21	0,82	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
<b>Итого</b>		<b>25,94</b>	<b>17,23</b>	<b>103,92</b>	<b>675,51</b>	<b>0,39</b>	<b>2,81</b>	<b>340,75</b>	<b>3,27</b>	<b>191,07</b>	<b>455,84</b>	<b>123,06</b>	<b>4,07</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50/50	22,04	20,15	3,24	281,29	0,12	4,8	121	1,15	24,5	191,55	26,33	1,71	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,32	56	10,59	1,1	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,2		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,04	0,10	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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	11,8	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>35,10</b>	<b>30,80</b>	<b>104,50</b>	<b>836,32</b>	<b>0,47</b>	<b>37,64</b>	<b>357</b>	<b>4,84</b>	<b>101,50</b>	<b>312,28</b>	<b>65,78</b>	<b>4,40</b>	<b>70,00</b>

Составитель: Исламова Н.А.

Секретарь: Начальник ОДП Исламова Н.А.

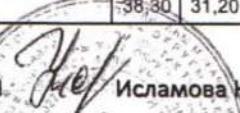


**МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ**  
**Школьное меню для организации питания обучающихся**

26 апреля 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>														
Рыба, тушеная с овощами	60/30	11,97	4,48	1,3	93,89	0,09	1,5	271	1,96	37,52	187,24	46,5	0,74	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,3	13,18	96,4	31,90	0,69	
Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
<b>Итого</b>		<b>25,16</b>	<b>14,08</b>	<b>96,09</b>	<b>612,78</b>	<b>0,38</b>	<b>2,81</b>	<b>321,85</b>	<b>3,19</b>	<b>188,12</b>	<b>438,83</b>	<b>117,75</b>	<b>3,94</b>	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50/50	22,04	20,15	3,24	281,29	0,12	4,8	121	1,15	24,5	191,55	26,33	1,71	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,32	56	10,39	1,1	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,2		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,10	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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>38,30</b>	<b>31,20</b>	<b>122,90</b>	<b>924,32</b>	<b>0,63</b>	<b>37,64</b>	<b>357</b>	<b>5,52</b>	<b>113,10</b>	<b>384,28</b>	<b>82,58</b>	<b>6,09</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

**26 апреля 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>														
<b>Рыба, тушеная с овощами</b>	60/30	11,97	4,48	1,3	93,89	0,09	1,5	271	1,96	37,52	187,24	46,5	0,74	
<b>Рис припущенный</b>	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,3	13,18	96,4	31,90	0,69	
<b>Какао с молоком</b>	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
<b>Итого</b>		25,16	14,08	96,09	612,78	0,38	2,81	321,85	3,19	188,12	438,83	117,75	3,94	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

