

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)			Энергетическая ценность	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	445,15	2,49	35,95	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	25,58	0,58	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1	22		120,3	90	14	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	150	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого		21,33	14,04	88,97	570,13	0,33	3,51	492,00	3,50	177,25	367,3	91,06	2,59	57,43

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	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/8	1,52	4,56	7,29	77,40	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	25	5,5	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,18			0,68	11,5	52	16,8	1,2	
Итого		33,57	27,66	97,68	771,86	0,55	28,35	302	4,63	93,62	337,89	71,74	5,27	57,43

Начальник ОДП: *Исламова И.А.*



Директор МБОУ «Школа № 45»
Р.Р. Рамазанов

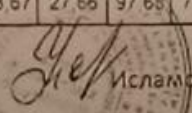
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

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	
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	25,58	0,56	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого		21,33	14,04	88,97	570,13	0,33	3,51	492,12	3,51	182,37	393,5	108,06	3,57	57,43

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	
Ци 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	16,98	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 ржанопшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		33,67	27,66	97,68	771,86	0,55	28,35	302	4,63	93,62	337,89	71,74	5,27	57,43

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»

Р.Р. Рамазанов

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	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Рыба, тушеная с овощами	50/50	10,18	5,59	2,17	100,21	0,08	2,21	445,15	2,49	35,98	184,44	43,48	0,73	
Рис припущенный	150	3,77	4,37	38,92	209,66	0,04		23,45	0,26	10,98	80,34	28,50	0,44	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,08	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	
Итого		21,33	14,04	88,97	570,13	0,33	3,51	492,12	3,51	182,37	303,9	109,74	3,57	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,78	0,08	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	16,8	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	89	0,16			0,68	11,5	52	18,8	1,2	
Итого		35,10	28,18	106,72	818,52	0,58	34,34	339	3,17	101,31	374,08	51,26	3,76	120,00

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*



Директор МБОУ «Школа № 45»

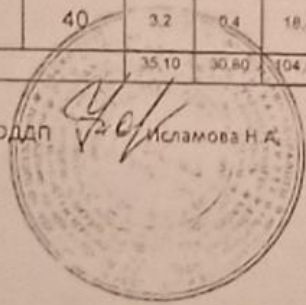
С.В. Рамазанов

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

26 апреля 2021 г

Прим. лица, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Рыба, тушеная с овощами	60/30	11.97	4.48	1.3	93.89	0.09	1.5	271	1.95	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	
Кофейный напиток на молоке	200	3.38	3.58	20.38	130.06	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			0.5	12	39	8.4	1.5	
Итого		25.45	17.01	109.21	694.11	0.39	2.81	340.75	3.27	191.07	455.84	123.06	4.07	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2.03	5.7	9.11	66.46	0.07	30.04	213.1	1.83	45.28	40.35	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	6.87	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	85	0.16			0.68	11.8	52	16.8	1.2	
Итого		35.10	30.80	104.90	838.32	0.47	37.64	357	4.84	101.80	332.28	65.78	4.89	70,00

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

Прим. 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	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
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	0,89	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,8	33	156	0,2			0,9	12	39	6,4	1,5	
Итого		24,67	13,86	101,38	631,38	0,38	2,81	321,85	3,19	188,12	438,83	117,75	3,94	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	66,80	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	281,28	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			0,08	11,8	52	16,8	1,2	
Итого		38,30	31,20	122,60	924,32	0,63	37,64	357	5,52	113,10	384,28	82,58	6,09	130,00

Начальник ОДП:  Исламова Н.А.



Директор МКОУ «Школа № 45»

Р.И.Р. Мазанов

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)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
рыба, тушеная овощами	60/30	11,97	4,48	1,3	93,89	0,09	1,5	271	1,96	37,52	187,24	48,5	0,74	
рис запущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,3	13,18	96,4	31,90	0,59	
кофейный питок на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01	
пшеничный поджаренный с витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Итого		24,67	13,86	101,38	631,38	0,38	2,81	321,85	3,19	188,12	438,83	117,75	3,94	60,00

Начальник ОДПП

Исламова Н.А.

