

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

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

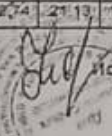
30 апреля 2021

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	
Омлет натуральный	120	12,6	16,1	2,25	204,53	0,08	0,45	245,19	2,53	97,32	206,45	16,12	2,37	
Чай витаминизирован	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,9	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		22,03	22,41	41,20	457,53	0,41	11,12	268,99	3,25	325,32	295,7	41,92	3,67	57,43

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	
Рассольник ленинградский со сметаной	200/8	2,04	4,71	13,63	106,53	0,09	13,43	170,96	1,59	23,66	62,26	21,58	0,61	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	0,09	2,59	66,19	1,1	34,14	96,72	14,95	1,01	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,66	116,71	40,14	1,53	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,68	9	29,25	6,3	1,13	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	65	0,16			0,66	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		22,74	21,13	102,03	607,64	0,69	47,17	276	4,27	142,56	356,94	99,77	5,71	57,43

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

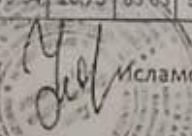
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

30 апреля 2021 г
ММС с 7-11 лет
1 смена

Приним 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	
Омлет натуральный	120	12,6	16,1	2,25	204,53	0,06	0,45	245,19	2,53	97,32	206,45	16,12	2,37	
Чай витаминизирован	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,63	19,21	36,70	395,53	0,38	10,52	268,99	3,25	206,32	295,7	27,92	3,57	57,43

ММС с 7-11 лет
2 смена

Приним 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	
Рассольник ленинградский со сметаной	200/8	2,04	4,71	13,83	106,53	0,09	13,43	170,96	1,59	23,66	62,26	21,58	0,81	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	0,09	2,69	66,19	1,1	34,14	95,72	14,95	1,01	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Чай с сахаром	200			9,96	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	68	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		19,51	20,73	83,63	599,64	0,53	47,17	276	3,59	130,96	304,94	82,97	4,51	57,43

Начальник ОДП  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

30 апреля 2021 г.

1 смена

Прим. 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														
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/5	4,55	6,33	32,19	204,42	0,06	0,56	38,62	0,18	65,97	118,23	27,21	0,45	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,5	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	6,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,5			119		14	0,1	
Итого		13,95	12,64	71,14	457,42	0,39	11,63	62,52	0,90	373,97	207,5	53,01	1,75	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,70	1,99	29,56	77,83	26,97	1,01	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	0,09	2,59	66,19	1,1	34,14	96,72	14,95	1,01	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,85	116,71	40,14	1,53	
Чай с сахаром	200			9,96	39,9					0,3			0,33	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,5	25	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	68	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		20,05	21,91	87,09	626,27	0,55	50,53	319	3,99	136,88	320,51	88,36	4,71	120,00

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

30 апреля 2021 г

Прим. 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 с 12-18 лет (родительская плата)														
Омлет натуральный	150	15,78	17,02	2,82	227,67	0,10	0,58	306,42	1,79	121,71	256,1	20,16	2,96	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционный	15	3,95	3,99		62,5		0,11	35,7	0,06	150	90	8,25	0,11	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		27,71	24,81	50,30	538,07	0,33	1,27	342,32	2,75	403,01	367,12	60,81	4,70	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,7	1,99	29,56	77,83	26,97	1,01	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	0,58	9,1	162,56	0,09	3,99	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05	
Картофельное пюре	180	3,95	0,09	26,6	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	6,7	39	12,6	0,9	
Итого		21,35	22,16	93,17	656,81	0,62	51,03	334	4,34	143,44	351,23	99,71	6,27	70,00

Начальник Одди.

Исламова Н.А.

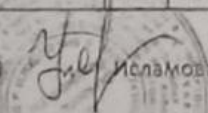


МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

30 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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Омлет натуральный	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,10	0,66	306,62	1,79	121,71	256,1	20,16	2,98	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	158	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			116		14	0,1	
Итого		26,39	23,48	50,30	520,57	0,33	1,23	330,42	2,73	353,01	357,12	48,06	4,66	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,7	1,99	29,58	77,83	26,97	1,01	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	9,50	9,1	162,56	0,09	3,09	61,19	1,17	35	36,19	15,8	1,05	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		21,35	22,16	93,17	656,61	0,52	51,03	334	4,34	143,44	351,23	99,71	5,27	130,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

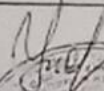


Директор МБОУ «Школа № 45»
Р.Р.Рамазанов

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

30 апреля 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Сколько
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Омлет натуральный	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,10	0,56	306,62	1,79	121,71	258,1	20,16	2,96	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	6,4	1,5	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		23,19	20,28	45,80	458,57	0,30	0,63	330,42	2,73	234,01	357,12	34,06	4,56	60,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

