

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

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

12 мая 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	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64	0,08	4,16	62,64	2,85	32	105,20	17,5	1,57	
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	6,66	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого		18,58	17,02	83,41	561,04	0,34	4,16	85,14	4,44	57,58	184,9	33,17	3,73	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	
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный с	200/15	6,52	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,04	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	160	12,98	15,24	12,02	237,8	0,12	22,09	535,95	2,55	35,72	165,15	39,44	2,48	
Витаминизирован	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,6	1,2	
Итого		25,46	22,68	102,19	716,45	0,66	57,39	748	7,35	104,45	338,10	102,35	7,53	57,43

Начальник ОДП Исламова Н.А.



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

12 мая 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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	9,58	9,1	162,56	0,09	3,09	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05	
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	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого		19,87	14,39	83,66	542,96	0,35	3,08	103,69	2,76	60,89	177,9	31,46	3,21	57,43

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	
Салат из свеклы яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп артофельный с овощным соусом	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Суп овощной с говядиной	160	12,96	15,24	12,02	237,8	0,12	22,09	536,95	2,95	35,72	165,15	39,44	2,48	
Суп овощной с картофельными клубнями	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		22,26	22,48	83,79	628,45	0,80	57,39	748	6,67	92,85	286,10	85,55	6,33	57,43

Начальник ОДЦП
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

12 мая 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	
Обед с 7-11 лет (родительская плата)														
Салат из свеклы с блоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,6	0,97	
Суп картофельный горохом и	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Загу овощное с тварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
Витаминизиро ванный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный богатый витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
того		27,06	24,76	103,71	745,94	0,97	60,17	816	7,72	109,16	358,56	107,30	7,84	65,00
Полдник с 7-18 лет (родительская плата)														
бюро	120	0,48	0,48	11,76	55,4	0,04	12,0	6	0,24	19	13,2	11	2,6	
ак-беляш	50	5,33	6,45	13,82	134,55	0,06	3,46	5,18	1,78	14,65	61,0	10,90	0,84	
ок руктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
того		6,33	6,65	34,02	226,55	0,08	7,46	5,2	1,98	28,65	75,0	18,90	3,64	45,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.




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

Школьное меню для организации питания обучающихся

12 мая 2021 г.

1 смена

Прим. лица, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	0,58	9,1	162,56	0,00	3,09	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,94	15,59	47,18	8,65	0,80	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	100	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Итого		19,87	14,30	83,66	542,96	0,35	3,09	103,69	2,78	60,89	177,9	31,46	3,21	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,58	10,5	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,49	0,28	9,32	209,52	1,94	34,14	85,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,63	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	15,4	68	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,38	22,65	97,78	640,68	0,96	54,29	814	6,32	91,17	318,98	96,70	6,87	120,00

Начальник ОВДП  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

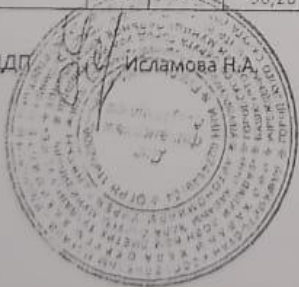
12 мая 2021 г

2 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	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,05	54,95	0,01	5,88	1,72	1,4	17,99	19,59	10,5	0,97	
Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	0,29	9,32	209,52	1,94	34,14	65,12	32,01	2,25	
Рагу овощное с отварным мясом	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,51	44,39	2,79	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	2	0,25	13,75	65	0,09			0,38	5	16,25	3,5	0,53	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		28,98	21,65	97,76	690,98	0,96	54,29	814	6,32	91,17	338,98	99,70	6,97	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,32	56,3	10,38	1,06	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12,0	5	0,24	19	13,2	11	2,6	
Вак-беляш	50	5,33	6,45	13,82	134,55	0,05	3,46	5,18	1,78	14,65	61,0	10,90	0,64	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		13,78	11,57	90,26	579,94	0,23	19,46	33,7	3,22	66,17	144,5	40,00	7,04	120,00

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

12 мая 2021 г

Прием пищи, именование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Печенье из теста птицы с матным усом	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	
Скваренные делия варные с слоем	200/5	7,74	4,54	49,42	269,65	0,12		23	1,10	20,02	62,4	11,53	1,17	
Сладкий таминизиров ный	200			9,7	39	0,15	10							
Сладкий гашенный таминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Итого		22,49	14,62	100,69	623,67	0,56	12,59	88,69	3,10	66,16	198,12	34,88	3,58	60,00

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

12 мая 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)														
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	6,57	199,02	0,09	2,59	86,19	1,1	34,14	96,72	14,95	1,01	
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,78	8,16	49,48	502,7	0,12		45	1,15	21,22	63,9	11,53	1,18	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный	60	4,8	0,6	33	166	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Итого		22,53	18,24	100,75	656,72	0,56	12,58	111,18	3,15	67,36	199,92	34,88	3,69	55,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат из свеклы с яблоками	100	1,14	5,18	9,92	91,8	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,54	17,66	1,62	
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	7,8	4,88	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	18,13	15,14	298,58	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
Компот из смеси	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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			0,98	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,99	29,26	91,25	736,60	0,44	49,17	675	6,06	124,09	234,26	111,19	7,18	70,00

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

12 мая 2021 г

I смена

Пример 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														
Хиточки 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	
Макаронные изделия твердые с маслом	200/5	7,74	4,54	49,42	269,65	0,12		23	1,10	20,02	82,4	11,53	1,17	
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	
Итого		22,49	14,62	100,69	623,67	0,56	12,59	88,69	3,10	66,16	198,12	34,98	3,68	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с блоками	100	1,14	5,18	9,92	91,6	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,64	17,66	1,62	
Суп картофельный с горохом и грибами	250/20	7,8	4,88	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Салат овощное с твердым мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	126,6					0,6			0,06	
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	16,6	1,2	
Итого		25,59	29,28	93,25	735,50	0,44	49,17	675	6,06	124,09	239,26	111,10	7,18	130,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.




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

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

12 мая 2021 г

2 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	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с яблоками	100	1,14	5,18	9,92	91,6	0,02	9,8	2,86	2,33	29,99	32,64	17,65	1,62	
Суп картофельный с	250/20	7,8	4,08	35,27	216,74	0,27	11,7			48,27		44,09	2,39	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	#####	49,44	3,11	
Компот из смеси	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
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
Итого		25,59	29,28	93,25	735,50	0,44	49,17	675	6,06	124,09	#####	111,19	7,18	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,78	8,16	49,48	302,7	0,12		45	1,15	21,22	63,9	11,53	1,18	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	55,4	0,04	12,0	6	0,24	19	13,2	11	2,6	
Вак-беляш	50	5,33	6,45	13,82	134,55	0,06	3,46	5,18	1,78	14,65	61,0	10,90	0,84	
Сок фруктовый 0,2 л.	200		0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,6	
Итого		14,59	15,29	95,28	585,65	0,24	19,46	56,2	3,37	69,07	152,1	41,23	7,46	130,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

