

Директор МБОУ «Школа № 45»

Р.Р.Рамазанов

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

18 мая 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	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,84	0,08	4,16	62,64	2,85	31,69	105,2	17,51	1,57	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,33	17,67	73,31	525,09	0,44	4,16	85,89	4,10	55,63	257,45	101,09	5,65	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,9	8,42	10,87	126,99	0,02	12,47	2,49	3,78	49,82	53,79	27,65	1,77	
Суп с макаронными изделиями	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,50	200,0	2,26	7,64	11,40	5,31	0,48	
Жаркое домашнему*	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	185,83	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					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	16,8	1,2	
Итого		21,82	29,82	99,51	791,88	0,44	43,46	218	10,10	94,57	283,52	85,88	6,38	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

18 мая 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														
Омлет из говядины с сырным сыром	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64	0,08	4,16	62,64	2,85	31,68	105,2	17,51	1,57	
Паша гречневая жареная с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					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	
Сладкомолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,33	17,67	73,31	525,09	0,44	4,16	85,89	4,10	55,63	257,45	101,09	5,65	60,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



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

18 мая 2021 г

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	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)														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	9,1	12,15	11,12	190,46	0,08	3,56	47,64	2,85	31,54	107,17	17,31	1,58	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,84	113,25	75,18	2,55	
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 витаминами	60	4,8	0,5	33	156	0,2			0,8	12	39	8,4	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		21,93	20,82	80,29	549,29	0,47	7,06	71,03	4,11	177,28	200,96	115,73	5,80	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,9	6,42	10,87	126,99	0,02	12,47	2,49	3,78	49,82	53,79	27,65	1,77	
Суп с макаронными изделиями	250	2,77	5,29	15,81	121,35	0,05	1,60	200,0	2,26	7,84	11,40	5,31	0,48	
Жаркое по-домашнему	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	185,83	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,5					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	16,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,02	30,22	117,91	679,58	0,60	43,46	216	10,78	106,17	335,52	102,68	7,58	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

18 мая 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (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 растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,59	1,1	
Суп с макаронными изделиями	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по- ломашнему*	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,83	45,92	2,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		19,68	25,27	77,28	615,29	0,40	38,17	175	8,07	71,80	256,46	73,05	5,43	65,00
Полдник с 7-18 лет(родительская плата)														
Учпочмак	75	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		8,01	8,83	42,17	285,54	0,10	8,45	12,0	2,84	30,49	87,3	21,97	3,95	45,00

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

18 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	Са	Р	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,9	8,42	10,97	126,99	0,02	12,47	2,49	3,78	49,82	53,79	27,65	1,77	
Суп с макаронными изделиями	250	2,77	5,29	15,61	121,35	0,05	1,60	200,0	2,26	7,64	11,40	5,31	0,48	
Жаркое подомашнему	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,2	29,49	13,61	3,31	26,51	#####	45,92	2,82	
Компот из смеси сухофруктов	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		21,82	29,82	99,51	791,88	0,44	43,46	216	10,10	94,57	#####	85,88	6,38	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша гречневая с маслом	200/5	6,34	5,28	28,62	187,05	0,22		23,5	0,45	14,88	150,5	100,22	3,39	
Уч-почмак	75	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		14,35	14,11	70,79	472,59	0,32	8,45	35,5	3,29	45,37	237,8	122,19	7,34	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

18 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 растительным маслом	60	1,12	5,07	6,59	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,59	1,1	
Суп с макаронными изделиями	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое по-домашнему	200	12,74	15,52	23,48	294,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,83	45,92	2,82	
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			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		22,88	25,67	95,68	703,29	0,56	38,17	175	6,75	83,40	306,46	86,86	6,63	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Каша гречневая с маслом	200/5	6,34	5,28	28,62	187,06	0,22		23,5	0,45	14,68	150,5	100,22	3,39	
Уч-почмак	75	7,01	8,63	21,97	193,54	0,08	4,45	11,97	2,64	16,49	73,26	13,97	1,15	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		14,35	14,11	70,79	472,59	0,32	8,45	35,5	3,29	45,37	237,8	122,19	7,34	120,00

Начальник ОДП.  Исламова Н.А.



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

Школьное меню для организации питания обучающихся

18 мая 2021 г.

1 смена

Примечание, 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														
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64	0,08	4,18	62,84	2,85	31,89	105,2	17,51	1,57	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,81	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,29	19,78	63,94	513,08	0,39	4,76	81,29	3,75	165,03	229,3	102,26	4,91	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,59	1,1	
Суп с макаронными изделиями	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	100,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое домашнему	200	12,74	15,52	23,48	284,94	0,20	29,49	14	3	26,51	185,93	45,92	2,82	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,15			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	85	0,16			0,66	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		22,88	25,67	95,68	703,29	0,65	38,17	175	8,75	83,40	308,48	89,86	6,63	120,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.




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

18 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	
Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64	0,08	4,16	62,64	2,85	31,69	105,2	17,51	1,57	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		19,29	19,78	63,94	613,08	0,39	4,76	81,29	3,75	169,03	229,3	102,26	4,91	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 с астильным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,59	1,1	
уп с картофельными клубнями	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Таркое по- домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88	0,18	26,48	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55	
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			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржаной- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		21,70	24,26	93,28	676,23	0,54	35,14	174	8,44	80,77	290,70	85,29	6,36	57,43

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

18 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	6,76	12,21	6,85	180,64	0,08	4,16	62,64	2,85	31,69	105,2	17,51	1,67	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	16,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,06	65,16	2,21	
Чай с сахаром	200			9,98	39,90					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,40	22,00	104	0,14			0,6	8	26	6,6	1	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		19,29	19,78	63,94	613,08	0,39	4,76	81,29	3,75	169,03	229,3	102,26	4,91	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 растительным маслом	60	1,12	5,07	6,68	78,37	0,01	7,48	1,50	2,27	29,88	32,26	16,59	1,1	
Суп с макаронными изделиями	200	2,22	4,23	12,49	97,08	0,04	1,20	160,00	1,81	6,11	9,12	4,25	0,39	
Жаркое домашнему	180	11,58	14,11	21,08	257,88	0,18	25,46	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55	
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			0,7	9	29	6,3	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,66	11,6	52	16,6	1,2	
Итого		21,70	24,26	93,28	676,23	0,54	35,14	174	8,44	80,77	290,70	85,29	6,36	57,43

Начальник ОДП: Исламова Н.А.

