

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

**15 марта 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	
<b>Биточки рыбные с томатным соусом</b>	60/40	7,85	6,37	8,92	124,89	0,1	2,39	67,27	2,73	44,88	119,38	28,52	0,78	
<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>Чай витаминизированный</b>	200			9,7	39	0,15	10							
<b>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами</b>	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Итого</b>		15,62	11,24	85,04	503,75	0,46	12,39	91,12	3,74	65,87	232,2	62,10	2,61	<b>57,43</b>

**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	
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
<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>Каша Артек вязкая с маслом</b>	150/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
<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>		31,95	26,98	66,24	712,93	0,57	28,34	299	4,48	94,53	393,88	85,49	6,18	<b>57,43</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

**15 марта 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	
<b>Биточки рыбные с томатным соусом</b>	60/40	7,85	6,37	8,92	124,89	0,1	2,39	67,27	2,73	44,88	119,38	28,52	0,78	
<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>Чай витаминизирован ный</b>	200			9,7	39	0,15	10							
<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>		15,62	11,24	85,04	503,75	0,46	12,39	91,12	3,74	65,87	232,2	62,10	2,61	<b>57,43</b>

**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	
<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
<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>Каша Артек вязкая с маслом</b>	150/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
<b>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<b>Хлеб пшеничный обогащенный</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>		28,75	26,58	67,84	624,93	0,41	28,34	299	3,80	82,93	341,88	68,69	4,98	<b>57,43</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**15 марта 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	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
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	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
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	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>28,75</b>	<b>26,58</b>	<b>67,84</b>	<b>624,93</b>	<b>0,41</b>	<b>28,34</b>	<b>299</b>	<b>3,80</b>	<b>82,93</b>	<b>341,88</b>	<b>68,69</b>	<b>4,98</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет( родительская плата)</b>														
Вак-беляш	100	10,68	12,91	27,66	269,46	0,12	6,93	10,67	3,55	30,02	119,1	21,89	1,69	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>11,68</b>	<b>13,11</b>	<b>47,86</b>	<b>361,46</b>	<b>0,14</b>	<b>10,93</b>	<b>10,7</b>	<b>3,75</b>	<b>44,02</b>	<b>133,1</b>	<b>29,89</b>	<b>4,49</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





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

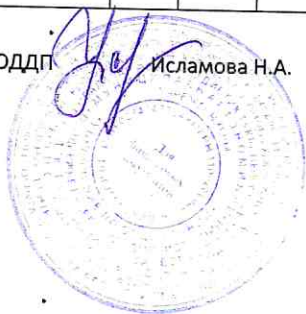
Школьное меню для организации питания обучающихся

15 марта 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>														
Биточки рыбные с томатным соусом	60/40	7,85	6,37	8,92	124,89	0,1	2,39	67,27	2,73	44,88	119,38	28,52	0,78	
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	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
<b>Итого</b>		15,62	11,24	85,04	503,75	0,46	12,39	91,12	3,74	65,87	232,2	62,10	2,61	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
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	
Каша Артек вязкая с маслом 150/5 ед.	180/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
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	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		28,75	26,58	67,84	624,93	0,41	28,34	299	3,80	82,93	341,88	68,69	4,98	<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

15 марта 2021 г

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>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе 45/45	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	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,17	4,08	25,75	156,43	0,11		22,5	0,69	19,14	105	22,68	1,8	
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	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>28,75</b>	<b>26,58</b>	<b>67,84</b>	<b>624,93</b>	<b>0,41</b>	<b>28,34</b>	<b>299</b>	<b>3,80</b>	<b>82,93</b>	<b>341,88</b>	<b>68,69</b>	<b>4,98</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рис припущенный	160	4,02	4,62	41,51	223,5	0,05	0,08	25,2	0,28	11,71	85,7	28,35	0,62	
Вак-беляш	100	10,68	12,91	27,66	269,46	0,12	6,93	10,67	3,55	30,02	119,1	21,89	1,69	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>15,70</b>	<b>17,73</b>	<b>89,37</b>	<b>584,96</b>	<b>0,19</b>	<b>11,01</b>	<b>35,9</b>	<b>4,03</b>	<b>55,73</b>	<b>218,8</b>	<b>58,24</b>	<b>5,11</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

15 марта 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>														
Биточки рыбные с томатным соусом	60/30	4,95	7,1	4,66	102,91	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
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	
<b>Итого</b>		<b>15,05</b>	<b>16,05</b>	<b>102,17</b>	<b>612,97</b>	<b>0,27</b>	<b>1,50</b>	<b>92,25</b>	<b>2,46</b>	<b>31,79</b>	<b>157,03</b>	<b>48,21</b>	<b>2,47</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	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
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>33,12</b>	<b>30,53</b>	<b>90,91</b>	<b>771,43</b>	<b>0,50</b>	<b>37,64</b>	<b>357</b>	<b>4,66</b>	<b>105,69</b>	<b>401,67</b>	<b>82,59</b>	<b>5,98</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



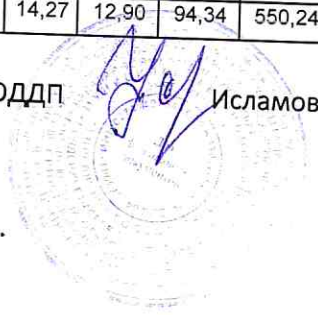
МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

15 марта 2021 г

Прием пищи, наименование 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	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
<b>Биточки рыбные с томатным соусом</b>	60/30	4,95	7,1	4,66	102,91	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
<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>Чай с сахаром</b>	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
<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>		14,27	12,90	94,34	550,24	0,26	1,50	73,35	2,38	28,84	140,02	42,90	2,34	<b>60,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.





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

15 марта 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>														
Биточки рыбные с томатным соусом	60/30	4,95	7,1	4,66	102,91	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
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	
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	8,4	1,5	
<b>Итого</b>		<b>14,27</b>	<b>12,90</b>	<b>94,34</b>	<b>550,24</b>	<b>0,26</b>	<b>1,50</b>	<b>73,35</b>	<b>2,38</b>	<b>28,84</b>	<b>140,02</b>	<b>42,90</b>	<b>2,34</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	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
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>33,12</b>	<b>30,53</b>	<b>90,91</b>	<b>771,43</b>	<b>0,50</b>	<b>37,64</b>	<b>357</b>	<b>4,66</b>	<b>105,69</b>	<b>401,67</b>	<b>82,59</b>	<b>5,98</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





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

**15 марта 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	
<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	#####	26,33	1,71	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,5	0,82	22,51	125,7	27,2	2,15	
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>33,12</b>	<b>30,53</b>	<b>90,91</b>	<b>771,43</b>	<b>0,50</b>	<b>37,64</b>	<b>357</b>	<b>4,66</b>	<b>105,69</b>	<b>#####</b>	<b>82,59</b>	<b>5,98</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Рис припущенный	200	5,05	7,95	51,93	299,2	0,06		45,0	0,38	15,36	108,0	35,44	0,78	
Вак-беляш	100	10,68	12,91	27,66	269,46	0,12	6,93	10,67	3,55	30,02	119,1	21,89	1,69	
Сок фруктовый 0,2 л.	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>16,73</b>	<b>21,06</b>	<b>99,79</b>	<b>660,66</b>	<b>0,20</b>	<b>10,93</b>	<b>55,7</b>	<b>4,13</b>	<b>59,38</b>	<b>241,1</b>	<b>65,33</b>	<b>5,27</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

