

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"
Меню школьных завтраков и обедов для организации учащихся
"04 сентября 2020 г."

Прием пищи, наименование	Масс а	Пищевые			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак Бесплатное горячее питание 7-11 лет														
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
Каша полтавская	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7 /10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого завтрак		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	
Стоимость рациона														55,00
Обед 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Азу	35/35	189,13	10,76	15,19	2,28	2,43	0,05		16,54		16,79	1,75	0,94	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за обед		23,85	18,55	103,52	680,22	0,61	59,55	852,29	5,96	124,19	379,58	125,98	3,84	
Стоимость рациона														65
Полдник														
Вак-беляш	100	10,72	11,32	27,74	255,66	0,12	6,94			31,42		21,88	1,7	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого за Полдник		11,72	11,52	47,94	347,66	0,14	10,94			45,42		29,88	4,5	
Стоимость рациона														45

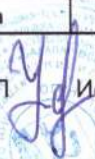
Начальник ОДП  Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся
"04 сентября 2020 г."

1 смена

Прием пищи, наименование	Масс а	Пищевые			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ОВЗ с 7-11 лет														
Завтрак														
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
Каша полтавская вязкая	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7 /10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого завтрак		18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49	
Стоимость рациона														
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Азу	35/35	189,13	10,76	15,19	2,28	2,43	0,05		16,54		16,79	1,75	0,94	
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	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за обед		23,85	18,55	103,52	680,22	0,61	59,55	852,29	5,96	124,19	379,58	125,98	3,84	
Стоимость рациона														120

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 04 сентября 2020 г"

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые вещества			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОВЗ, ММС с 12-18 лет														
Тефтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
Каша полтавская	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07			100		5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		22,16	21,1	68,91	556,78	0,25	6,82	38,78	2,41	276,71	231,81	65,61	3,9	
Обед ОВЗ, ММС с 12-18 лет														
Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34	0,06	8,51	385,78	1,89	18,39	32,71	18,32	0,61	
Щи из свежей капусты	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Азу	35/35	14,1	4,9	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,62	217,1	55,61	0,94	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05				13,18		31,9	0,69	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед ст		24,92	20,43	113,05	739,61	0,64	61,67	923,89	6,17	130,87	307,39	135,85	4,1	
Стоимость рациона														130,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 04 сентября 2020 г"

Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 12-18 лет														
Тфтели из говядины	60	8,76	10,79	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,82	14,71	1,35	
Каша полтавская	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и сахаром	200/ 7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Сыр порционный	10	2,63	2,66		35		0,07			100		5,5	0,07	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		22,16	21,1	68,91	556,78	0,25	6,82	38,78	2,41	276,71	231,81	65,61	3,9	
Стоимость рациона														65,00
Обед с 12-18 лет														
Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34	0,06	8,51	385,78	1,89	18,39	32,71	18,32	0,61	
Щи из свежей капусты	250/ 10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,91	45,28	44,58	21,22	0,77	
Азу	35/35	14,1	4,9	3,45	114,98	0,11	3,02	325,01	2,15	44,62	217,1	55,61	0,94	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05				13,18		31,9	0,69	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед ст		24,92	20,43	113,05	739,61	0,64	61,67	923,89	6,17	130,87	307,39	135,85	4,1	
Стоимость рациона														70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

