МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 08 сентября 2020 г."

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У	тическ	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак бесплатное горячее питание с 7-11 лет														
Биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
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	200/10			9,98	39,9					0,3			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	
Биойогурт	1/100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ШК		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	
Стоимость рациона														55,00
Обед ШК 7-11														
Салат "Здоровье"	60	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	50	9,8	1,55		53,27	0,07	0,31			26,44		33,94	0,51	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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 ШК 7-11		23,79	14,90	102,23	641,20	0,57	43,57	901,02	5,24	190,13	278,74	158,43	6,35	
Стоимость рациона														65,00
Полдник ШК														
Уч-почмак	75	7,05	7,43	22,03	183,07	0,08	4,45			17,55		13,97	1,16	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Яблоки	1 шт	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за Полдник ШК		8,65	8,23	56,93	345,57	0,15	23,45	7,5	0,3	55,55	16,5	35,47	7,26	
Итого за день		60,01	42,51	217,19	1506,15	1,02	68,05	941,41	9	428,89	787,18	318,78	18,1	
Стоимость рациона														45,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ "

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 08 сентября 2020 г."

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге-	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У	тическ	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
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	200/10			9,98	39,9					0,3			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	
Биойогурт	1/100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	
Обед ОВЗ с 7-11														
Салат "Здоровье"	60	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	50	9,8	1,55		53,27	0,07	0,31			26,44		33,94	0,51	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		23,79	14,90	102,23	641,20	0,57	43,57	901,02	5,24	190,13	278,74	158,43	6,35	
Итого за день														
Стоимость рациона														**120,00**

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

я

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 08 сентября 2020 г."

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У	е-	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														
Биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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	
Биойогурт	1/100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	
Стоимость рациона														65,00
Обед с 12-18 лет														
Салат "Здоровье"	60	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	60	11,73	1,86		63,92	0,08	0,37			31,73		40,72	0,61	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		31,61	16,14	102,23	683,82	0,62	43,81	912,09	6,36	211,28	544,46	185,57	6,75	
Стоимость рациона														70,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ"

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся

" 08 сентября 2020 г."

1 смена

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерг	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У	е-	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ММС с 12-18 лет														
Биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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	
Биойогурт	1/100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	
Стоимость рациона														60,00
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Биточки мясные	60	10,14	10,73	10,18	177,82	0,05	0,19	3,17	1,71	26,72	108,67	14,39	1,42	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05	
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	
Биойогурт	1/100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		19,75	18,14	58,03	476,76	0,25	0,79	21,82	2,34	162,06	226,22	97,74	4,09	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Здоровье"	60	1,01	3,07	4,37	49,38	0,03	4,64	460,46	1,46	18,14	29,88	16,27	0,57	
Суп картофельный с горохом	250	5,41	4,63	19,77	142,71	0,23	11,65	261,9	2	41,97	102,03	39,68	2,04	
Рыба припущенная	60	11,73	1,86		63,92	0,08	0,37			31,73		40,72	0,61	
Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36	
Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137,8	0,03	1	145,75	1,38	40,6	36,5	26,25	0,86	
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		31,61	16,14	102,23	683,82	0,62	43,81	912,09	6,36	211,28	544,46	185,57	6,75	
Стоимость рациона														130,00

Начальник ОДДП Исламова Н.А.