

МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся
" 18 сентября 2020 г"
1 СМЕНА

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Тфтели из говядины с томатным соусом	60/20	8,98	11,68	10,31	182,57	0,06	3,16	51,54	1,62	31,3	94,97	16,43	1,41	
Каша полтавская вязкая с маслом	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	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за Завтрак ст		19,75	19,3	70,24	536,14	0,26	7,75	74,18	2,82	179,11	234,96	61,83	3,9	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,90	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	
Рыба, тушеная в томате с овощами	80/40	16,2	5,3	3,94	128,84	0,13	3,45	371,00	2,45	50,83	248,0	63,55	1,07	
Рис припущенный	150	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05				13,18		31,9	0,69	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,9	129					0,6			0,06	
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		27,14	19,88	121,19	769,65	0,34	39,88	874,43	6,00	133,19	330,14	139,24	4,1	
Стоимость рациона														130,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

