

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания .

30 марта 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе ; 233,84	60	9,11	8,22	1,74	116,98	0,04				10,46	69,06	10,33	0,65	
Рис отварной с маслом ; 58,38	150	3,83	3,47	38,95	203,24	0,04				8,43	79,20	26,20	0,55	
Чай витаминизированный ; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Батон школьный; 4,09	30	2,40	0,30	15,30	72,00	0,03				5,70	19,50	3,90	0,36	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02			0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		16,34	12,19	85,59	522,72	0,38			0,20	38,59	181,76	48,43	4,36	
Обед														
Маринад овощной без томата ; 516,01	60	0,94	6,08	5,31	80,44	0,04				18,28	33,29	19,92	0,45	
Суп картофельный с горохом и мясом птицы; 129,55	200/25	12,34	10,32	16,37	207,47	0,23				30,16	124,50	34,96	2,08	
Рыба, тушеная в томатном соусе; 80,21	90	8,41	5,46	5,01	113,65	0,08				32,02	137,64	38,86	0,74	
Каша гречневая вязкая с маслом; 175,42	170/5	5,40	5,03	24,33	163,95	0,18				11,54	128,15	85,11	2,87	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01				5,10	3,30	2,70	0,69	
Батон школьный; 4,08	45	3,60	0,45	22,95	108,00	0,05				8,55	29,25	5,85	0,54	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,13	45	3,60	0,45	20,70	99,00	0,18			0,77	13,05	58,50	18,90	1,35	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		34,85	28,35	126,63	907,61	0,80			0,77	136,30	526,73	216,20	11,14	234,90

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.