

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

08 июня 2023 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														
Пудинг творожный со сгущенным молоком	125	21,26	9,58	17,39	244,54	0,07		68,76		199,37	252,70	28,54	0,76	
Каша пшенная молочная вязкая с маслом	134	5,58	5,97	27,89	188,20	0,16		32,70		87,29	133,09	35,87	0,98	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13	
Итого		30,50	16,01	80,22	592,02	0,38	2,80	101,60	0,69	298,76	416,58	71,55	2,94	
Обед														
Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20	1,80	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,98	4,96	10,30	94,46	0,06		216,35		40,88	51,47	23,97	1,12	
Тефтели из говядины с томатным соусом	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Напиток апельсиновый	200	0,09	0,02	20,77	84,10		6,00	0,80	0,02	4,00	2,30	1,30	0,09	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Плюшка московская	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,10	0,79	
Яблоко	1 шт	0,54	0,54	13,23	63,45	0,04	13,50	6,75	0,27	21,60	14,85	12,15	2,97	
Итого		29,34	26,98	154,00	978,69	0,65	23,77	331,52	1,97	130,69	333,42	154,05	9,90	203,00

Начальник ОДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Меню для организации питания в лагерях труда и отдыха

08 июня 2023 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														
Пудинг творожный со сгущенным молоком	125	21,26	9,58	17,39	244,54	0,07		68,76		199,37	252,70	28,54	0,76	
Каша пшенная молочная вязкая с маслом	134	5,58	5,97	27,89	188,20	0,16		32,70		87,29	133,09	35,87	0,98	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13	
Итого		30,50	16,01	80,22	592,02	0,38	2,80	101,60	0,69	298,76	416,58	71,55	2,94	
Обед														
Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20	1,80	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,98	4,96	10,30	94,46	0,06		216,35		40,88	51,47	23,97	1,12	
Тефтели из говядины с томатным соусом	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15	
Каша гречневая вязкая с маслом	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Напиток апельсиновый	200	0,09	0,02	20,77	84,10		6,00	0,80	0,02	4,00	2,30	1,30	0,09	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05	
Плюшка московская	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,10	0,79	
Яблоко	1 шт	0,54	0,54	13,23	63,45	0,04	13,50	6,75	0,27	21,60	14,85	12,15	2,97	
Итого		29,34	26,98	154,00	978,69	0,65	23,77	331,52	1,97	130,69	333,42	154,05	9,90	203,00

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.