

СОГЛАСОВАНО

Директор  
И.А. Исламова



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

27 мая 2025 г.

| Принем пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции<br>и. (гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                             |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,25                                                    | 160                         | 16,81                   | 18,08 | 3,00   | 242,18                               | 0,10          |   |            | 1,88 | 129,61                       | 275,23 | 21,49  | 3,15 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                                       | 10                          | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                          | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>282,15                                             | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>100,00 | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания - 476,01                       | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10   | 78,00                                | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                           |                             | 25,92                   | 31,59 | 43,63  | 563,78                               | 0,52          |   |            | 2,48 | 359,01                       | 364,23 | 46,59  | 4,34 |        |
| Обед                                                                            |                             |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из<br>белокочанной капусты<br>494,17                                      | 60                          | 1,24                    | 6,08  | 3,78   | 75,52                                | 0,02          |   |            |      | 33,16                        | 25,53  | 11,25  | 0,46 |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями : 66,09                                          | 250                         | 3,27                    | 3,15  | 22,50  | 130,89                               | 0,12          |   |            |      | 18,88                        | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Жаркое по-<br>домашнему из мяса<br>птицы отварного ;<br>604,00                  | 200                         | 12,59                   | 15,23 | 24,66  | 285,65                               | 0,20          |   |            |      | 25,23                        | 149,91 | 40,21  | 1,86 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ; 1,1       | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный для<br>детского питания ; 1,2                          | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,00                                | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| 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                                                                           |                             | 22,90                   | 25,26 | 111,42 | 767,96                               | 0,58          |   |            | 0,20 | 106,27                       | 311,49 | 100,53 | 7,81 | 226,20 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Е.А. Минеева



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый



Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

28 мая 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                            | Масса<br>порции.<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тиче-<br>ска<br>я<br>ценност<br>ь (ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена   |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|-----------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                              |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                     | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                      |                           |                         |       |        |                                                     |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                | 155                       | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                                              | 0,06          |   |            |      | 95,97                     | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                       | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                               |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                        | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                               |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                           | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                               |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                              | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| 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                                                                        |                           | 11,53                   | 16,88 | 84,76  | 543,75                                              | 0,22          |   |            | 0,80 | 220,67                    | 221,23 | 46,31 | 4,37 |        |
| Обед                                                                         |                           |                         |       |        |                                                     |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Огурцы свежие ; 503,07                                                       | 60                        | 0,42                    | 0,06  | 1,14   | 6,60                                                | 0,02          |   |            | 0,06 | 10,20                     | 18,00  | 8,40  | 0,30 |        |
| Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной ;<br>56,13                       | 250/10                    | 2,11                    | 5,71  | 10,48  | 102,56                                              | 0,06          |   |            |      | 45,28                     | 54,52  | 24,42 | 1,13 |        |
| Мясо птицы отварное (на<br>суп); 109,02                                      | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                               | 0,03          |   |            |      | 5,56                      | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Тефтели из говядины с<br>томатным соусом ; 502,25                            | 90                        | 9,40                    | 10,38 | 7,74   | 162,42                                              | 0,01          |   |            |      | 2,41                      | 5,26   | 2,59  | 0,12 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                          | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                              | 0,09          |   |            |      | 15,59                     | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                       | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                               |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                              | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                               | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                     | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                        |                           | 31,11                   | 26,85 | 120,22 | 840,14                                              | 0,51          |   |            | 1,34 | 98,94                     | 247,73 | 71,97 | 5,04 | 226,20 |

Начальник ОДД  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания.

29 мая 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У     |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                           |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Пудинг творожный со<br>сгущенным молоком ;<br>229,96                            | 180                       | 29,27                   | 13,78 | 30,53 | 368,32                               | 0,10          |   |            |      | 305,38                       | 365,12 | 42,43  | 1,03 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13  | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                       |                         |       | 9,40  | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50 | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                           |                           | 31,75                   | 21,33 | 56,56 | 550,92                               | 0,45          |   |            |      | 313,78                       | 387,62 | 46,63  | 1,80 |        |
| Обед                                                                            |                           |                         |       |       |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из свежих<br>помидоров ; 13,07                                            | 100                       | 1,13                    | 5,19  | 5,17  | 73,66                                | 0,06          |   |            |      | 21,37                        | 33,06  | 17,92  | 0,87 |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной ; 53,05                                     | 260                       | 2,15                    | 5,76  | 9,60  | 99,76                                | 0,07          |   |            |      | 45,28                        | 50,38  | 21,22  | 0,77 |        |
| Гуляш из мяса птицы<br>(филе ЦБ); 233,98                                        | 90                        | 12,47                   | 16,35 | 3,72  | 211,41                               | 0,06          |   |            |      | 15,56                        | 97,64  | 13,99  | 0,92 |        |
| Каша гречневая вязкая<br>с маслом ; 302                                         | 155                       | 4,77                    | 4,86  | 21,48 | 148,55                               | 0,16          |   |            |      | 11,64                        | 113,25 | 75,18  | 2,55 |        |
| Напиток<br>апельсиновый ; 294,07                                                | 200                       | 0,09                    | 0,02  | 20,77 | 84,10                                |               |   |            | 0,02 | 4,00                         | 2,30   | 1,30   | 0,09 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00 | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания;<br>421,09                      | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 16,10 | 77,00                                | 0,14          |   |            | 0,60 | 10,15                        | 45,50  | 14,70  | 1,05 |        |
| Итого                                                                           |                           | 26,61                   | 32,93 | 98,84 | 798,48                               | 0,63          |   |            | 1,22 | 116,00                       | 368,13 | 149,91 | 7,25 | 226,20 |

Начальник ОДЦП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания.

30 мая 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                          | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тически<br>я<br>ценност<br>ь (ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                            |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                    |                           |                         |       |        |                                                |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Каша молочная "Дружба"<br>с маслом ; 493,02                                | 155                       | 4,89                    | 6,73  | 27,80  | 191,33                                         | 0,10          |   |            |      | 102,15                    | 124,11 | 29,46  | 0,65 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                     | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                          |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                      | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                          |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                         | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                          |               |   |            |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания; 1,1      | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                          | 0,10          |   |            |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Кисломолочный продукт<br>для детского питания ;<br>476,01                  | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 9,10   | 78,00                                          | 0,03          |   |            |      | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                      |                           | 13,20                   | 20,14 | 63,51  | 488,33                                         | 0,23          |   |            |      | 329,85                    | 206,61 | 53,16  | 1,62 |        |
| Обед                                                                       |                           |                         |       |        |                                                |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Салат из свежих огурцов и<br>помидоров ; 15,08                             | 100                       | 0,86                    | 10,13 | 3,34   | 108,80                                         | 0,04          |   |            |      | 19,18                     | 28,40  | 15,22  | 0,67 |        |
| Рассольник с перловой<br>крупой и сметаной; 54,05                          | 255                       | 1,89                    | 6,03  | 12,64  | 112,70                                         | 0,06          |   |            |      | 22,11                     | 62,60  | 17,91  | 0,65 |        |
| Рагу овощное с мясом<br>птицы (филе); 118,19                               | 200                       | 16,35                   | 19,53 | 16,19  | 306,13                                         | 0,16          |   |            |      | 47,36                     | 168,49 | 45,15  | 1,94 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                     | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                          |               |   |            |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>1,27 | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                          | 0,12          |   |            |      | 7,00                      | 22,75  | 4,90   | 0,88 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания;<br>421,09                    | 35                        | 2,80                    | 0,35  | 16,10  | 77,00                                          | 0,14          |   |            | 0,60 | 10,15                     | 45,50  | 14,70  | 1,05 |        |
| Плюшка московская ;<br>433,09                                              | 75                        | 6,46                    | 5,00  | 43,72  | 245,49                                         | 0,10          |   |            |      | 21,03                     | 58,85  | 10,03  | 0,78 |        |
| Итого                                                                      |                           | 31,60                   | 41,48 | 134,38 | 1031,02                                        | 0,62          |   |            | 0,60 | 127,13                    | 386,59 | 107,91 | 6,00 | 226,20 |

Начальник ОДД Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

*Директор*  
*Е.А. Минеева*

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

*И.П. Круглый*  
 И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

02 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | Е    | Ca                           | P      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                   | 155                         | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                                            | 0,06          |   |      | 95,97                        | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                          | 10                          | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                             |               |   |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                          | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                             |               |   |      | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный ;<br>282,15                                           | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                           |                             | 10,73                   | 16,78 | 78,68  | 516,35                                            | 0,43          |   | 0,20 | 218,37                       | 214,73 | 44,91 | 4,09 |        |
| Обед                                                                            |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Салат из свежих<br>помидоров ; 13,07                                            | 100                         | 1,13                    | 5,19  | 5,17   | 73,66                                             | 0,06          |   |      | 21,37                        | 33,06  | 17,92 | 0,87 |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной ; 53,05                                     | 260                         | 2,15                    | 5,76  | 9,60   | 99,76                                             | 0,07          |   |      | 45,28                        | 50,38  | 21,22 | 0,77 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 109,02                                         | 20                          | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                             | 0,03          |   |      | 5,56                         | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                  | 90                          | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                                            |               |   |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                             | 155                         | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                            | 0,09          |   |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                          | 200                         | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                             |               |   |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                        | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                             | 33,24                   | 32,40 | 127,75 | 930,93                                            | 0,55          |   | 1,28 | 113,46                       | 258,78 | 78,58 | 5,28 | 226,20 |

Начальник ОДП *Исламова Н.А.*

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор  
И.А. Минеева

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

# Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

03 июня 2025 г.

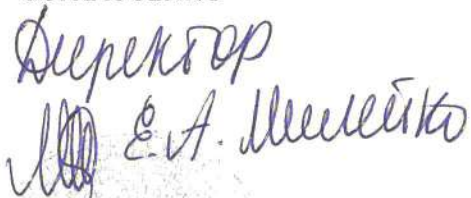
| Прием пищи,<br>наименование блюда                                             | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                               |                             | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                       |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Каша пшенная<br>молочная вязкая с<br>маслом ; 470,72                          | 155                         | 6,44                    | 7,17  | 32,13  | 219,46                                            | 0,19          |   |            |      | 100,60                       | 153,68 | 41,37  | 1,13 |        |
| Яйцо отварное; 7,24                                                           | 54                          | 6,86                    | 6,21  | 0,38   | 84,78                                             | 0,04          |   |            |      | 29,70                        | 103,68 | 6,48   | 1,35 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                         | 10                          | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                             |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                         | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1      | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                             | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Итого                                                                         |                             | 15,78                   | 20,93 | 58,54  | 486,84                                            | 0,58          |   |            |      | 138,70                       | 279,86 | 52,05  | 3,25 |        |
| Обед                                                                          |                             |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Огурцы свежие ;<br>503,07                                                     | 60                          | 0,42                    | 0,06  | 1,14   | 6,60                                              | 0,02          |   |            | 0,06 | 10,20                        | 18,00  | 8,40   | 0,30 |        |
| Суп картофельный с<br>горохом и гречками ;<br>129,14                          | 270                         | 8,67                    | 4,97  | 37,90  | 230,96                                            | 0,36          |   |            |      | 43,17                        | 108,03 | 40,36  | 2,88 |        |
| Рагу овощное с мясом<br>птицы (филе); 118,19                                  | 200                         | 16,35                   | 19,53 | 16,19  | 306,13                                            | 0,16          |   |            |      | 47,36                        | 168,49 | 45,15  | 1,94 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                            | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>1,27 | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 19,25  | 91,00                                             | 0,12          |   |            |      | 7,00                         | 22,75  | 4,90   | 0,88 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания;<br>421,09                    | 35                          | 2,80                    | 0,35  | 16,10  | 77,00                                             | 0,14          |   |            | 0,60 | 10,15                        | 45,50  | 14,70  | 1,05 |        |
| 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                                                                         |                             | 32,04                   | 25,46 | 120,76 | 843,59                                            | 0,82          |   |            | 0,86 | 132,18                       | 376,77 | 121,51 | 9,88 | 226,20 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

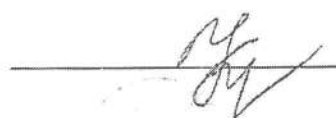
Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор  
  
 Е.А. Михайло

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

04 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса порции,<br>и, (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                                                             |                           |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Макаронные изделия с тертым сыром ; 211,56                          | 160                       | 8,34                 | 8,54  | 35,34  | 252,37                         | 0,09          |   |         |      | 119,02                    | 109,20 | 13,94  | 0,90 |        |
| Масло сливочное ; 401                                               | 10                        | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,10                          |               |   |         |      | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                  | 200                       |                      |       | 9,98   | 39,90                          |               |   |         |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02 | 40                        | 3,20                 | 0,40  | 22,00  | 104,00                         | 0,14          |   |         | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Итого                                                               |                           | 11,62                | 16,19 | 67,45  | 462,37                         | 0,23          |   |         | 0,60 | 129,72                    | 138,20 | 19,54  | 1,95 |        |
| Обед                                                                |                           |                      |       |        |                                |               |   |         |      |                           |        |        |      |        |
| Помидоры свежие ; 25,4                                              | 70                        | 0,77                 | 0,14  | 2,66   | 16,80                          | 0,04          |   |         | 0,49 | 9,80                      | 18,20  | 14,00  | 0,63 |        |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной ; 56,13                    | 250/10                    | 2,11                 | 5,71  | 10,48  | 102,56                         | 0,06          |   |         |      | 45,28                     | 54,52  | 24,42  | 1,13 |        |
| Плов из мяса птицы ; 131,2                                          | 200                       | 14,35                | 18,24 | 42,95  | 393,03                         | 0,11          |   |         |      | 22,64                     | 182,53 | 45,39  | 1,51 |        |
| Напиток апельсиновый ; 294,07                                       | 200                       | 0,09                 | 0,02  | 20,77  | 84,10                          |               |   |         | 0,02 | 4,00                      | 2,30   | 1,30   | 0,09 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1     | 30                        | 2,40                 | 0,30  | 16,50  | 78,00                          | 0,10          |   |         |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2                     | 30                        | 2,40                 | 0,30  | 13,80  | 66,00                          | 0,12          |   |         |      | 8,70                      | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Плюшка московская ; 433,1                                           | 50                        | 4,31                 | 3,34  | 29,14  | 163,71                         | 0,07          |   |         |      | 14,87                     | 39,31  | 6,76   | 0,53 |        |
| Итого                                                               |                           | 26,43                | 28,05 | 136,30 | 904,20                         | 0,50          |   |         | 0,51 | 111,29                    | 355,36 | 108,67 | 5,54 | 226,20 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

## Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

05 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины<br>(мг) |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|------------------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                     |                           | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1               | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                             |                           |                         |       |        |                                      |                  |      |                           |        |        |      |        |
| Запеканка творожная со сгущенным молоком; 232,08                    | 165                       | 26,13                   | 12,79 | 29,94  | 344,00                               | 0,09             |      | 274,14                    | 324,59 | 37,74  | 0,87 |        |
| Масло сливочное ; 401                                               | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |                  |      | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай витаминизированный ; 282,15                                     | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25             |      |                           |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14             | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Итого                                                               |                           | 29,41                   | 20,44 | 61,47  | 552,60                               | 0,48             | 0,60 | 284,54                    | 353,59 | 43,34  | 1,89 |        |
| Обед                                                                |                           |                         |       |        |                                      |                  |      |                           |        |        |      |        |
| Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами; 494,23           | 60                        | 1,16                    | 6,07  | 3,02   | 71,92                                | 0,02             |      | 31,48                     | 22,17  | 11,25  | 0,42 |        |
| Суп-лапша ; 66,88                                                   | 250                       | 7,61                    | 3,34  | 44,10  | 237,43                               | 0,08             |      | 10,14                     | 25,90  | 11,06  | 0,71 |        |
| Мясо птицы отварное (на суп); 109,02                                | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                | 0,03             |      | 5,56                      | 44,77  | 5,50   | 0,38 |        |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56                    | 60/30                     | 11,97                   | 13,81 | 12,52  | 222,17                               | 0,01             |      | 3,36                      | 4,63   | 2,60   | 0,12 |        |
| Каша гречневая вязкая с маслом ; 302                                | 155                       | 4,77                    | 4,86  | 21,48  | 148,55                               | 0,16             |      | 11,64                     | 113,25 | 75,18  | 2,55 |        |
| Компот из смеси сухофруктов; 293,03                                 | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                |                  |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1     | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10             |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2                     | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,00                                | 0,12             |      | 8,70                      | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| Итого                                                               |                           | 36,75                   | 34,06 | 134,80 | 986,14                               | 0,52             |      | 77,18                     | 269,22 | 122,39 | 5,86 | 226,20 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

Директор  
И.А. Минибегов

И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

09 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                   | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                     |                        | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                             |                        |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Макаронные изделия с тертым сыром ; 211,56                          | 160                    | 8,34                    | 8,54  | 35,34  | 252,37                               | 0,09          |   |            |      | 119,02                       | 109,20 | 13,94  | 0,90 |        |
| Масло сливочное ; 401                                               | 10                     | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай витаминизированный ; 282,15                                     | 200                    |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| 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                                                               |                        | 12,62                   | 16,39 | 87,07  | 552,97                               | 0,50          |   |            | 0,80 | 143,42                       | 152,20 | 27,54  | 4,72 |        |
| Обед                                                                |                        |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из свежих огурцов ; 14,09                                     | 100                    | 0,78                    | 5,11  | 2,77   | 60,01                                | 0,03          |   |            | 2,31 | 22,10                        | 33,10  | 13,66  | 0,55 |        |
| Суп картофельный с горохом и гречками ; 129,14                      | 270                    | 8,67                    | 4,97  | 37,90  | 230,96                               | 0,36          |   |            |      | 43,17                        | 108,03 | 40,36  | 2,88 |        |
| Мясо птицы отварное (на суп); 109,02                                | 20                     | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                | 0,03          |   |            |      | 5,56                         | 44,77  | 5,50   | 0,38 |        |
| Биточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56                    | 60/30                  | 11,97                   | 13,81 | 12,52  | 222,17                               | 0,01          |   |            |      | 3,36                         | 4,63   | 2,60   | 0,12 |        |
| Рис отварной с маслом ; 58,11                                       | 155                    | 3,87                    | 4,17  | 41,03  | 217,13                               | 0,04          |   |            | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35  | 0,60 |        |
| Компот из смеси сухофруктов; 293,03                                 | 200                    | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02 | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 421,11                  | 40                     | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |        |
| Итого                                                               |                        | 38,13                   | 34,24 | 158,00 | 1084,34                              | 0,77          |   |            | 3,86 | 105,50                       | 351,03 | 111,87 | 6,76 | 226,20 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Е. А. Милейко

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

## Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

10 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                              | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                |                           | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                        |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,25                                                   | 160                       | 16,81                   | 18,08 | 3,00   | 242,18                               | 0,10          |   |            | 1,88 | 129,61                    | 275,23 | 21,49  | 3,15 |        |
| Сыр (порциями);<br>27,01                                                       | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Масло сливочное;<br>401                                                        | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>282,15                                            | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания;<br>100,00 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания 476,01                        | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 9,10   | 78,00                                | 0,03          |   |            |      | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                          |                           | 25,92                   | 31,59 | 43,63  | 563,78                               | 0,52          |   |            | 2,48 | 359,01                    | 364,23 | 46,59  | 4,34 |        |
| Обед                                                                           |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Салат из<br>белокочанной<br>капусты со свежими<br>овощами 404,22               | 60                        | 1,16                    | 6,07  | 3,02   | 71,92                                | 0,02          |   |            |      | 31,48                     | 22,17  | 11,25  | 0,42 |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями 66,09                                           | 250                       | 3,27                    | 3,15  | 22,50  | 130,89                               | 0,12          |   |            |      | 18,88                     | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Жаркое по-<br>домашнему из мяса<br>птицы отварного;<br>684,7                   | 200                       | 12,59                   | 15,23 | 24,66  | 285,65                               | 0,20          |   |            |      | 25,23                     | 149,91 | 40,21  | 1,86 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                             | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания 1,1        | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный для<br>детского питания; 1,2                          | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,00                                | 0,12          |   |            |      | 8,70                      | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| 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                                                                          |                           | 22,82                   | 25,25 | 110,66 | 764,36                               | 0,58          |   |            | 0,20 | 104,59                    | 308,13 | 100,53 | 7,77 | 226,20 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Е.А. Мешейко

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

11 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                            | Масса<br>порции.<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь (ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена   |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                              |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                      |                           |                         |       |        |                                                |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                | 155                       | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                                         | 0,06          |   |            |      | 95,97                     | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                       | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                          |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                        | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                          |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                           | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                          |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                         | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| 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                                                                        |                           | 11,53                   | 16,88 | 84,76  | 543,75                                         | 0,22          |   |            | 0,80 | 220,67                    | 221,23 | 46,31 | 4,37 |        |
| Обед                                                                         |                           |                         |       |        |                                                |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Огурцы свежие ; 503,07                                                       | 60                        | 0,42                    | 0,06  | 1,14   | 6,60                                           | 0,02          |   |            | 0,06 | 10,20                     | 18,00  | 8,40  | 0,30 |        |
| Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной ;<br>56,13                       | 250/10                    | 2,11                    | 5,71  | 10,48  | 102,56                                         | 0,06          |   |            |      | 45,28                     | 54,52  | 24,42 | 1,13 |        |
| Мясо птицы отварное (на<br>суп); 109,02                                      | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                          | 0,03          |   |            |      | 5,56                      | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Тефтели из говядины с<br>томатным соусом ; 502,25                            | 90                        | 9,40                    | 10,38 | 7,74   | 162,42                                         | 0,01          |   |            |      | 2,41                      | 5,26   | 2,59  | 0,12 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                          | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                                         | 0,09          |   |            |      | 15,59                     | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                       | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                          |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                         | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                          | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                     | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                        |                           | 31,11                   | 26,85 | 120,22 | 840,14                                         | 0,51          |   |            | 1,34 | 98,94                     | 247,73 | 71,97 | 5,04 | 226,20 |

Начальник ОДД *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Е.А. Минеева

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания  
16 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                           |                         |       |        |                                      |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                   | 155                       | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                               | 0,06          |   |      | 95,97                        | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                          | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |      | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный ;<br>282,15                                           | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                           |                           | 10,73                   | 16,78 | 78,68  | 516,35                               | 0,43          |   | 0,20 | 218,37                       | 214,73 | 44,91 | 4,09 |        |
| Обед                                                                            |                           |                         |       |        |                                      |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Салат из свежих<br>помидоров ; 13,07                                            | 100                       | 1,13                    | 5,19  | 5,17   | 73,66                                | 0,06          |   |      | 21,37                        | 33,06  | 17,92 | 0,87 |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной ; 53,05                                     | 260                       | 2,15                    | 5,76  | 9,60   | 99,76                                | 0,07          |   |      | 45,28                        | 50,38  | 21,22 | 0,77 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 109,02                                         | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                | 0,03          |   |      | 5,56                         | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                  | 90                        | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                               |               |   |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                             | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                               | 0,09          |   |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                          | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                |               |   |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                        | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                | 0,16          |   | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                           | 33,24                   | 32,40 | 127,75 | 930,93                               | 0,55          |   | 1,28 | 113,46                       | 258,78 | 78,58 | 5,28 | 226,20 |

Начальник ОДП

Исламова Н.А.