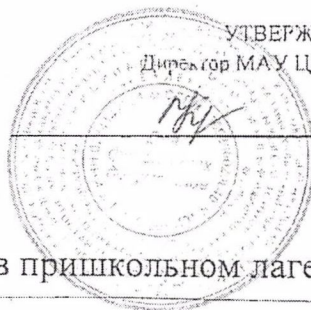


СОГЛАСОВАНО




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



И.П. Круглий

Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

10 июня 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к. Дж)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Мучные изделия с тортым сыром ; 211,56	160	8,34	8,54	35,34	252,37	0,09		56,73		119,02	109,20	13,94	0,90	
Масло сливочное ; 491	35	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром ; 283,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,06	50	4,00	0,50	27,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		13,42	16,49	93,15	580,37	0,28	4,00	101,87	0,30	148,52	160,24	29,78	5,04	
Обед														
Салат из свежих огурцов; 14,07	80	0,62	4,08	2,22	48,01	0,03	5,74	1,94	1,85	17,68	26,48	10,93	0,44	
Суп картофельный с горохом и гречками ; 129,14	270	8,67	4,97	37,90	230,96	0,36		261,90		43,17	108,03	40,36	2,88	
Филе грудки отварное (на суп); 108,1	25	6,36	5,68	0,14	76,64	0,03		13,60		6,23	54,40	6,55	0,45	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56	60/30	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Рис отварной с маслом ; 58,11	155	3,87	4,17	40,03	212,87	0,04		22,50	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		33,68	30,89	149,15	1001,59	0,77	5,74	344,94	3,40	101,75	354,04	110,19	6,72	217,82

Начальник ОДДП *И.И.И.*

Исмаилов Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор
И.А. Мешетко


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДи ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

11 июня 2024 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														
Омлет натуральный 160 ед.; 218,25	160	16,81	18,08	3,00	242,18	0,10	0,59	326,99	1,88	129,61	275,23	21,49	3,15	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,06	50	4,00	0,50	27,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		26,72	31,69	49,53	590,68	0,45	0,59	395,79	1,98	361,01	370,73	47,99	4,59	
Обед														
Салат из белокочанной капусты с яблоками ; 2,21	100	1,96	5,21	12,13	104,32	0,04		4,45		57,37	34,90	19,10	1,26	
Суп с макаронными изделиями ; 66,09	250	3,17	3,11	22,00	128,89	0,12		202,25		18,88	63,55	24,27	1,01	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного ; 684,16	200	12,59	15,23	24,66	285,65	0,20		29,75		25,23	149,91	40,21	1,86	
Витаминизированный кисель ; 305,11	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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	
Яблоко ; 38,01	20	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		24,60	24,83	141,53	887,46	1,00	20,10	242,45	1,28	140,28	339,56	116,78	8,97	217,82

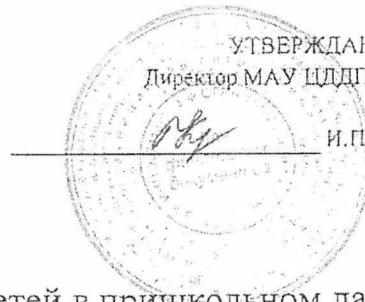
Начальник ОДДП

Иванова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий



Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

13 июня 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции н. (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 ; 229,96	180	29,27	13,78	30,53	368,32	0,10		97,08		305,38	365,12	42,43	1,03	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
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	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		33,03	21,91	81,30	659,42	0,43		148,08	0,70	334,98	407,32	58,83	4,69	
Обед														
Помидоры свежие ; 25,05	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	79,80	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	
Щи из свежей капусты со сметаной ; 53,05	260	2,15	5,76	9,60	99,76	0,07		213,10		45,28	50,38	21,22	0,77	
Гуляш; 96,19	90	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06		8,70		16,88	143,25	19,18	2,14	
Каша гречневая вязкая с маслом ; 302	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из свежих плодов; 294,28	200	0,12	0,12	14,69	60,30	0,01		1,50		5,10	3,30	2,70	0,69	
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		27,88	26,69	91,63	718,04	0,64	15,00	326,35	1,70	106,90	403,78	152,68	8,89	217,82

Националик ОДП

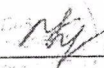
Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО





 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа



 И.П. Круглий

Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

14 июня 2024 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														
Каша молочная "Дружба" с маслом ; 493,02	155	4,89	6,73	26,45	186,51	0,10		39,98		102,15	124,11	29,46	0,65	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,29	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Печенье ; 490,04	27	2,30	3,05	18,82	111,78	0,03		19,44		11,07	23,49	4,05	0,27	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		15,50	23,19	80,98	595,29	0,26		128,36	0,10	343,72	231,64	58,05	1,93	
Обед														
Салат из свежих огурцов и помидоров ; 15,08	100	0,86	10,13	3,34	108,80	0,04		54,40		19,18	28,40	15,22	0,67	
Рассольник с перловой крупой и сметаной ; 54,55	250	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06		262,24		26,51	65,65	18,36	0,66	
Рагу овощное с мясом птицы (филе); 118,55	200	14,42	17,91	16,19	283,95	0,16		697,34		47,36	168,49	45,15	1,94	
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 ; 1,29	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	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		23,54	35,71	105,99	839,45	0,50	4,00	1 013,98	0,20	122,05	335,04	103,53	7,75	217,82

Начальник ОДДП

Ильмина Н.А.