

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа

И.П. Круглий



## Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

18 июня 2024 г.

Присм 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	
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая вязкая на молоке; 430,52	155	4,39	6,33	39,60	233,73	0,04		35,52		91,03	110,61	25,70	0,41	
Сыр (порциями); 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
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; 420,06	50	4,00	0,50	5,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Печенье; 490,04	27	2,30	3,05	18,82	111,78	0,03		19,44		11,07	23,49	4,05	0,27	
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		14,32	12,74	116,10	642,41	0,26	4,00	78,90	0,20	229,20	242,14	51,09	4,87	
<b>Обед</b>														
Салат из свежих помидоров; 13,05	80	0,90	4,15	3,80	57,79	0,04	16,20	75,54	2,20	17,10	26,45	14,34	0,69	
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	
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	
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95	0,01		45,00		5,76	5,39	2,88	0,15	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09		22,50		15,59	47,18	8,66	0,88	
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		31,77	31,55	116,18	871,53	0,46	16,20	369,74	2,20	104,96	242,30	70,45	4,62	217,82

Начальник ОДП

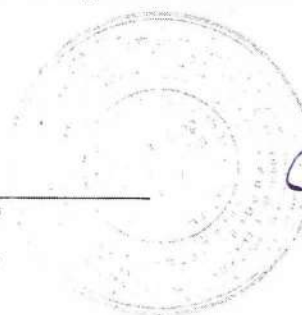
Исламова Н.А.

Присл. 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	Мg		
Каша овсяная "Беркут" молочная в пак. с маслом; 181,84	155	6,24	8,03	27,92	209,45	0,18	38,74	109,98	176,16	53,08	1,31			
Сыр (порцики); 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		0,14	3,10	1,54	0,84	0,07			
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		12,63	18,82	78,87	536,05	0,36	113,68	0,70	242,68	279,90	75,82	5,11		
<b>Обед</b>														
Помидоры свежие; 25,05	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	79,80	8,40	15,60	12,00	0,54		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной; 56,13	250/10	2,11	5,71	10,48	102,56	0,06	221,70	45,28	54,52	24,42	1,13			
Плов из говядины; 524,22	200	19,22	22,58	53,49	495,48	0,12	316,00	26,22	257,82	59,78	3,00			
Витаминизированный кефир; 305,11	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
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			
Плошка Московская; 433,09	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	30,57	1,02	22,13	58,85	10,10	0,79		
Итого		33,27	34,02	163,78	1097,15	0,84	35,17	648,07	1,44	116,73	445,29	123,10	7,11	

19 июня 2024 г.

Меню для организации питания детей в пришкольном лагере

И.П. Крыгин  
 Директор МАУ ЦДПД ГО г. Уфа  
 УТВЕРЖАЮ



Сотласованно  
 Е.Н. Шустер  
 (Signature)



Итого	421,11	детского питания ; пшеничный для	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16	0,63	288,55	1,28	113,44	314,38	139,59	7,98	217,82	Загран																			
																	Итого	Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,20	14,00	462,00	62,58	5,20	2,80	0,27	4,05	23,49	11,07	19,44
Салат из	100	Белочечной	капусты с яблоками ;	2,21	1,96	5,21	12,13	104,32	0,04	4,45	57,37	34,90	19,10	1,26																						
Суп-лапша ; 66,88	250	Филе грудки отварное	(на суп); 108,1	7,61	3,34	44,10	237,43	0,08	200,75	10,14	25,90	11,06	0,71																							
Виточки из мяса	60/30	птицы с томатным	соусом ; 502,56	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01	45,00	3,36	4,63	2,60	0,12																							
Капша гречневая	155	явкая с маслом ; 302		4,77	4,86	21,48	148,55	0,16	23,25	11,64	113,25	75,18	2,55																							
Компот из свежих	200	плодов; 294,28		0,12	0,12	14,69	60,30	0,01	1,50	5,10	3,30	2,70	0,69																							
Хлеб пшеничный	40	обогащенный	витаминами для	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14	0,60	8,00	26,00	5,60	1,00																							
детского питания ;	420,02	пшеничный для		3,20	0,40	18,40	88,00	0,16	0,68	11,60	52,00	16,80	1,20																							
Хлеб ржано-	40			3,20	0,40	18,40	88,00	0,16	0,63	113,44	314,38	139,59	7,98																							
Итого	34,54	31,11	138,26	970,45	0,63	288,55	1,28	113,44	314,38	139,59	7,98	217,82																								

СОЛТАСОВАНО  
 Директор МАУ ЦУПТ ГО г.Уфа  
 И.Т. Крутин  
 Методика организации питания детей в дошкольном лагере  
 20 июня 2024 г.

Прим. питан., наименование в розн п. (гр.)	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)	Цена
		Б	Ж	У	С	А	Е		С	А	Р	Мг	Fe			
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					
Масло сливочное; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10		45,00	0,10	2,40	3,00	0,02					
Сыр (попцвик); 27,01	10	2,63	2,66	35,00	23,80		100,00	60,00	5,50	0,07						
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; 420,05	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15	0,68	9,00	29,25	6,30	1,13					
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		14,40	20,29	70,41	522,51	0,28	108,92	0,78	335,65	217,90	56,10	2,04				
<b>Обед</b>																
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	260	2,02	6,78	12,82	120,80	0,06	262,24	26,51	65,65	18,36	0,66					
Филе трески 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					
Рыба, тушеная с овощами (филе горбуши); 13 512,02	100	12,90	9,00	2,17	141,33	0,14	458,30	23,56	138,84	27,96	0,61					
Картофельное пюре; 138,05	150	3,79	3,70	24,14	145,29	0,16	22,56	43,83	96,64	32,94	1,20					
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		11,60	52,00	16,80	1,20					
Итого		32,77	36,18	106,15	874,76	0,73	811,10	1,28	139,21	461,93	123,43	5,82				

Сотласовано  
 Меню для организации питания детей в пришкольном лагере  
 И.П. Крутин  
 Директор МАУ ЛУИИ ГО г.Уфа  
 21 июня 2024 г.