

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ «Лицей
№ 6 имени Н.Д. Сафина»
С.М. Никитина



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый



Меню для организации питания в лагерях с дневным пребыванием и лагерях труда и отдыха

03 июня 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														
Макаронные изделия с тертым сыром; 211,5	200	11,09	10,55	44,31	317,44	0,11				148,72	136,81	17,46	1,13	
Масло сливочное; 401,01	15	0,12	10,88	0,20	99,15				0,15	3,60	4,50		0,03	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
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	
Апельсин; 38,23	200	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08				68,00	46,00	26,00	0,60	
Итого		16,21	22,23	94,69	654,47	0,33			0,75	228,68	213,31	49,06	2,80	
Обед														
Салат из свежих огурцов; 14,03	60	0,47	3,06	1,66	36,01	0,02				13,26	19,86	8,20	0,33	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ; 56,2	250	1,95	4,87	10,10	94,73	0,05				40,15	50,50	23,50	1,10	
Плов из мяса птицы; 130,02	170	14,04	16,36	37,01	355,06	0,10				19,50	158,03	39,62	1,33	
Чай витаминизированный ; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
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	
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	
Плошка московская ; 433,1	50	4,31	3,34	29,14	163,71	0,07				14,87	39,31	6,76	0,53	
Итого		27,97	28,53	132,76	904,01	0,82			1,45	109,83	355,45	103,28	5,77	234,90

Начальник ОДЦП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.