

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.о. директора

МАОУ "Гимназия № 121"

Домрачева Ю.А.

И.П. Круглий

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

15 июня 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак															
Каша рисовая молочная вязкая с маслом ; 181,64	200	6,02	5,76	42,45	247,29	0,07				124,82	153,76	35,64	0,59		
Масло сливочное; 401,01	15	0,12	10,88	0,20	99,15				0,15	3,60	4,50		0,03		
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50				0,06	150,00	90,00	8,25	0,11		
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		
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		14,69	21,28	97,00	646,44	0,49			1,09	301,42	291,51	58,19	4,66		
Обед															
Помидоры свежие ; 25,05	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04			0,42	8,40	15,60	12,00	0,54		
Щи из свежей капусты со сметаной и мясом птицы; 53,9	250	7,90	10,53	8,60	161,26	0,08				44,74	88,91	23,99	1,04		
Биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95					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				15,59	47,18	8,66	0,88		
Напиток из плодов шиповника; 293,11	200	0,34	0,14	14,81	68,30	0,01				6,30	1,70	1,70	0,33		
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	
Шанежка наливная; 434,02	50	3,69	3,13	22,58	133,35	0,06				16,84	35,45	6,01	0,45	
Итого		34,51	29,79	127,77	924,75	0,50			0,42	112,33	252,73	72,04	5,04	234,90

Начальник ОДП *Исма* Исламова Н.А.

