

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.УфаДиректор
МАОУ "Гимназия № 121"
Э.М. Шагина

 И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

10 июня 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Омлет натуральный; 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) ; 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 витаминизированный · 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 100,00	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
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		25,92	31,59	43,63	563,78	0,52			2,48	359,01	364,23	46,59	4,34	
Обед														
Салат из белокочанной капусты со свежими 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 изделиями · 66,09	250	3,27	3,15	22,50	130,89	0,12				18,88	63,55	24,27	1,01	
Жаркое по- домашнему из мяса птицы отварного ; 604,2	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 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	
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.