

СОГЛАСОВАНО

Директор МНОУ  
Школа № 56 им. Г.С. Ахметжанова  
Рахитжанова Э.А.  
Д.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов

Меню для организации питания в лагерях труда и отдыха

02 июня 2023 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	
<b>Завтрак</b>														
Каша молочная "Дружба" с маслом	155	4,89	6,73	26,45	186,51	0,10		39,98		102,15	124,11	29,46	0,65	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>14,00</b>	<b>20,24</b>	<b>67,38</b>	<b>508,61</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>	<b>108,78</b>	<b>0,70</b>	<b>331,55</b>	<b>213,11</b>	<b>54,56</b>	<b>1,84</b>	
<b>Обед</b>														
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,86	10,13	3,34	108,80	0,04		54,40		19,18	28,40	15,22	0,67	
Суп-лапша	250	3,37	5,44	20,09	143,02	0,08		200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом	90	13,38	13,18	5,36	193,07	0,08		57,12		52,47	141,09	17,07	1,14	
Картофель отварной с маслом	155	3,88	4,59	28,74	171,74	0,19		27,30		20,14	94,30	36,98	1,47	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	16,26	67,10	0,01		2,00		6,70	4,40	3,60	0,91	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко	135	0,54	0,54	13,23	63,45	0,04	13,50	6,75	0,27	21,60	14,85	12,15	2,97	
<b>Итого</b>		<b>26,99</b>	<b>34,64</b>	<b>117,32</b>	<b>891,18</b>	<b>0,66</b>	<b>13,50</b>	<b>348,32</b>	<b>0,78</b>	<b>144,93</b>	<b>367,44</b>	<b>112,88</b>	<b>9,52</b>	<b>203,00</b>

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор ИНОУ  
Школа №56 им. П.С. Вачешникова  
Директор Е.А.  
Д.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа




В.К. Смирнов



Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

02 июня 2023 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	
<b>Завтрак</b>														
Каша молочная "Дружба" с маслом	155	4,89	6,73	26,45	186,51	0,10		39,98		102,15	124,11	29,46	0,65	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай витаминизированный	200			9,70	39,00	0,15	10,00							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		14,00	20,24	67,38	508,61	0,42	10,00	108,78	0,70	331,55	213,11	54,56	1,84	
<b>Обед</b>														
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,86	10,13	3,34	108,80	0,04		54,40		19,18	28,40	15,22	0,67	
Суп-лапша	250	3,37	5,44	20,09	143,02	0,08		200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Суфле из мяса птицы с молочным соусом	90	13,38	13,18	5,36	193,07	0,08		57,12		52,47	141,09	17,07	1,14	
Картофель отварной с маслом	155	3,88	4,59	28,74	171,74	0,19		27,30		20,14	94,30	36,98	1,47	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	16,26	67,10	0,01		2,00		6,70	4,40	3,60	0,91	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко	135	0,54	0,54	13,23	63,45	0,04	13,50	6,75	0,27	21,60	14,85	12,15	2,97	
Итого		26,99	34,64	117,32	891,18	0,66	13,50	348,32	0,78	144,93	367,44	112,88	9,52	203,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.