

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях с дневным пребыванием

15 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		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	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 ОДДП Исламова Н.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях с дневным пребыванием

16 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		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Каша пшенная молочная вязкая с маслом ; 470,02	200	8,21	7,41	40,26	261,46	0,24				128,26	195,39	52,91	1,44	
Яйцо отварное; 7,24	54	6,86	6,21	0,38	85,78	0,04				29,70	103,68	6,48	1,35	
Масло сливочное; 401,01	15	0,12	10,88	0,20	99,15				0,15	3,60	4,50		0,03	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00					100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
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	
Итого		21,42	27,61	77,57	646,27	0,43			0,83	270,92	392,82	71,19	4,06	
Обед														
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами; 494,24	80	1,54	8,09	4,03	95,88	0,03				41,96	29,54	15,00	0,57	
Суп картофельный с горохом; 129,6	250	8,09	9,57	18,78	193,45	0,26				33,01	124,09	37,94	2,23	
Рагу овощное с мясом птицы; 118,19	200	16,35	19,53	16,19	306,13	0,16				47,36	168,49	45,15	1,94	
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 ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		33,22	38,48	108,82	913,76	1,04			1,36	160,53	415,47	131,09	9,49	234,90

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Меню для организации питания в лагерях с дневным пребыванием

17 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		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	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	
Плюшка 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 ОДДП Исламова Н.А.