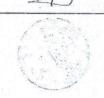


УТВЕРЖДАЮ Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Меню для организации питания в лагерях труда и отдыха

01 июня 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге - тическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	ая ценнос ть (ккал)	B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	Цена
		d	-	······	3	автра	ıĸ					L		<u> </u>
Рыба запеченная с овощами	80	8,42	5,13	2,89	91,90	0,07		292,39		32,76	133,27	33,79	0,57	
Картофельное пюре*	150	3,79	4,04	24,15	148,32	0,16		24,63		44,59	96,75	32,97	1,21	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,80	0,14	0,01	3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,50	27,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Апельсин	250	2,25	0,50	20,25	107,50	0,10	150,00	20,00	0,50	85,00	57,50	32,50	0,75	
Итого		18,52	10,18	84,98	520,00	0,50	152,80	337,16	0,51	175,45	321,56	107,10	3,85	
				<u> </u>		Обед	<u></u>							<u> </u>
Салат из свежих помидоров	100	1,13	5,19	5,17	73,66	0,06		94,43		21,37	33,06	17,92	0,87	
Щи из свежей капусты со сметаной	255	2,02	5,01	9,42	91,66	0,06		207,75		40,88	47,33	20,77	0,76	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01		45,00		3,36	4,63	2,60	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	155	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25		11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	22,94	88,70					0,30			0,03	
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	
Шанежка наливная	75	5,87	5,36	35,14	212,53	0,09	0,08	36,73	0,91	29,91	57,95	9,68	0,70	
Итого	*	26,35	32,21	129,77	910,31	0,60	0,08	407,16	1,42	122,16	314,72	142,95	6,68	203,00