



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

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

10 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		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>															
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	10	0,08	7,25	0,13	66,10					2,40	3,00		0,02		
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 ; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88		
Булочка молочная; 273,85	50	4,90	1,36	31,89	159,37	0,08				33,17	52,40	9,38	0,53		
<b>Итого</b>		<b>16,43</b>	<b>17,38</b>	<b>105,70</b>	<b>646,64</b>	<b>0,27</b>				<b>267,75</b>	<b>291,91</b>	<b>55,42</b>	<b>2,13</b>		
<b>Обед</b>															
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 и мясом птицы; 56,9	250	7,86	10,49	9,38	163,71	0,07				45,55	92,55	26,85	1,36		
Тфтели из говядины с томатным соусом ; 502,25	90	9,40	10,38	7,74	162,42	0,01				2,41	5,26	2,59	0,12		
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,41	165	6,76	4,58	39,55	226,59	0,10				16,62	50,22	9,25	0,94		
Чай витаминизированный ; 282,15	200			9,40	38,50	0,25									
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		
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		
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42		
<b>Итого</b>		<b>31,73</b>	<b>29,80</b>	<b>127,70</b>	<b>905,03</b>	<b>0,80</b>				<b>1,37</b>	<b>116,49</b>	<b>264,49</b>	<b>81,29</b>	<b>7,52</b>	<b>234,90</b>

Начальник ОДД *Исламова Н.А.* Исламова Н.А.