

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ

для организации питания в лагерях труда и отдыха с дневным пребывание подростков

7 июня 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа
В.К.Смирнов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Омлет запеченный с сыром	130	16,24	17,5	2,13	232,45	0,08	0,54	271,36	1,55	250,68	293,56	23,98	2,32	
Печенье	3 шт	2,55	3,39	20,91	124,2	0,03		21,6	0,39	12,3	26,1	4,5	0,3	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		25,67	25,01	71,00	618,05	0,47	23,14	298,96	2,78	409,18	358,9	58,88	6,36	
Обед														
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,52	6,08	1,86	64,8	0,02	8,28	32,64	2,84	11,51	17,04	9,13	0,4	
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Жаркое по- домашнему из мяса птицы	180	10,37	13,10	21,24	244,32	0,19	27,28	28,4	2,9	25,3	144,18	38,67	1,80	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		24,32	24,81	109,38	757,88	0,80	51,21	325	9,28	101,56	332,15	108,56	7,66	182,12

Начальник ОДП

Исламова Н.А.