

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

В.К. Смирнов



Меню для организации питания в лагерях труда и отдыха

08 июня 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценнос- ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В	Ca	P	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>															
Пудинг творожный со сгущенным молоком	125	21,26	9,58	17,39	244,54	0,07		68,76			199,37	252,70	28,54	0,76	
Каша пшенная молочная вязкая с маслом	134	5,58	5,97	27,89	188,20	0,16		32,70			87,29	133,09	35,87	0,98	
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	45	3,60	0,45	24,75	117,00	0,15			0,68	9,00	29,25	6,30	1,13		
Итого		30,50	16,01	80,22	592,02	0,38	2,80	101,60	0,69	298,76	416,58	71,55	2,94		
<b>Обед</b>															
Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20	1,80	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,98	4,96	10,30	94,46	0,06		216,35		40,88	51,47	23,97	1,12		
Тефтели из говядины с томатным соусом	100	9,46	10,83	8,00	167,82	0,01		52,00		3,09	6,45	3,35	0,15		
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		
Напиток апельсиновый	200	0,09	0,02	20,77	84,10		6,00	0,80	0,02	4,00	2,30	1,30	0,09		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,90	0,88		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	35	2,80	0,35	16,10	77,00	0,14			0,60	10,15	45,50	14,70	1,05		
Плошка московская	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,10	0,79		
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		29,34	26,98	154,00	978,69	0,65	23,77	331,52	1,97	130,69	333,42	154,05	9,90	203,00	

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