

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

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

МЕНЮ



для организации питания в лагерях дневного пребывания, лагерях труда и отдыха

2 июня 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>														
Рыба, тушеная (филе горбуши)	40	11,79	7,4	2,64	124,58	0,06	0,25	4,92	1,02	21,15	118,12	27,15	0,41	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Сыр ( порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
<b>Итого</b>		<b>20,98</b>	<b>15,58</b>	<b>56,93</b>	<b>453,90</b>	<b>0,36</b>	<b>29,09</b>	<b>61,77</b>	<b>1,85</b>	<b>185,83</b>	<b>303,0</b>	<b>72,58</b>	<b>2,83</b>	
<b>Обед</b>														
Салат из свежих помидоров	80	0,9	4,15	3,8	57,79	0,04	16,2	75,54	2,2	17,1	26,45	14,34	0,89	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,78	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Пюре гороховое	150/5	17,29	4,83	36,14	257,3	0,68		24	0,43	72,73	171	66,29	5,3	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>33,94</b>	<b>23,39</b>	<b>125,80</b>	<b>844,58</b>	<b>1,09</b>	<b>47,72</b>	<b>352</b>	<b>6,99</b>	<b>154,27</b>	<b>327,41</b>	<b>126,40</b>	<b>9,13</b>	<b>182,12</b>

Начальник ОДП



Исламова Н.А.