

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ «Школа № 74
 им. Г.И. Мухоморова» Г.О. г. Уфа
 Р.Р. Мансуров

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый



питания в лагерях с дневным прибыванием и лагерях труда и отдыха

05 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		
Завтрак															
Каша молочная "Дружба" с маслом ; 493,55	200	6,37	7,97	33,49	232,29	0,14				133,65	#####	38,52	0,85		
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10					2,40	3,00		0,02		
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		
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10		
Шанежка наливная; 434,02	50	3,69	3,13	22,58	133,35	0,06				16,84	35,45	6,01	0,45		
Итого		16,14	21,90	96,53	648,62	0,35				279,25	#####	63,43	2,34		
Обед															
Салат из свежих огурцов и помидоров ; 15,08	100	0,86	10,13	3,34	108,80	0,04				19,18	28,40	15,22	0,67		
Рассольник ленинградский со сметаной и мясом птицы; 54,09	250	7,77	11,43	11,40	179,58	0,08				28,19	#####	21,42	0,94		
Рыба запеченная с овощами ; 591,45	90	8,74	7,97	4,47	125,16	0,07				39,51	#####	33,75	0,62		
Картофельное пюре; 138,6	170	4,36	4,94	28,19	174,90	0,19				49,72	#####	38,30	1,42		
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04		
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		
Итого		28,97	35,76	119,35	914,12	0,73				1,37	175,61	#####	143,09	8,46	234,90

Начальник ОДДП 

Исламова Н.А.