

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ «Школа № 74

им. Г.И. Мушкетера» Г.О. г. Уфа

И.Р. Мансуров

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Крутикий



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

09 июня 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ я ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Омлет натуральный ; 218,55	160	18,02	18,32	3,25	251,22	0,11				135,42	295,39	22,87	3,34	
Масло сливочное; 401,01	15	0,12	10,88	0,20	99,15				0,15	3,60	4,50		0,03	
Сыр (порциями); 27,02	15	3,95	3,99		52,50				0,06	150,00	90,00	8,25	0,11	
Чай витаминизированный ; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Хлеб пшеничный обогатненный витаминами для детского питания; 420,06	50	4,00	0,50	27,50	130,00	0,17				10,00	32,50	7,00	1,25	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		26,53	34,13	57,62	646,17	0,56			0,21	316,62	434,49	48,02	7,15	
Обед														
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами; 494,24	80	1,54	8,09	4,03	95,88	0,03				41,96	29,54	15,00	0,57	
Суп с макаронными изделиями ; 66,99	250	3,27	3,05	34,00	188,76	0,12				18,88	63,55	24,27	1,01	
Жаркое по-домашнему из мяса птицы; 684,69	200	12,40	15,48	24,78	287,96	0,20				29,10	154,34	44,82	1,93	
Чай с сахаром ; 283,01	200			11,98	47,88					0,36			0,04	
Хлеб пшеничный обогатненный 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 ; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Сок фруктовый; 86,02	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02			0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого		24,61	27,62	135,39	904,48	0,67			1,48	123,90	339,43	114,49	8,55	234,90

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