

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

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

29 мая 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный со сгущенным молоком; 232,54 | 80 | 12,86 | 5,48 | 14,47 | 160,89 | 0,04 | | | | 129,38 | 156,80 | 18,08 | 0,47 | |
| Каша молочная "Дружба" с маслом ; 493,41 | 150 | 4,74 | 5,91 | 24,95 | 172,57 | 0,10 | | | | 98,87 | 120,27 | 28,65 | 0,63 | |
| Чай с сахаром ; 283,01 | 200 | | | 11,98 | 47,88 | | | | | 0,36 | | | 0,04 | |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,05 | 45 | 3,60 | 0,45 | 24,75 | 117,00 | 0,15 | | | 0,68 | 9,00 | 29,25 | 6,30 | 1,13 | |
| Булочка молочная; 273,85 | 50 | 4,90 | 1,36 | 31,89 | 159,37 | 0,08 | | | | 33,17 | 52,40 | 9,38 | 0,53 | |
| Итого | | 26,10 | 13,20 | 108,04 | 657,71 | 0,37 | | | 0,68 | 270,78 | 358,72 | 62,41 | 2,80 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами; 13,71 | 100 | 1,67 | 8,10 | 12,79 | 131,68 | 0,04 | | | 3,67 | 45,38 | 37,39 | 20,11 | 0,70 | |
| Рассольник ленинградский со сметаной и мясом птицы; 54,09 | 250 | 7,77 | 11,43 | 11,40 | 179,58 | 0,08 | | | | 28,19 | 102,22 | 21,42 | 0,94 | |
| Рагу овощное с мясом птицы; 118,19 | 200 | 16,35 | 19,53 | 16,19 | 306,13 | 0,16 | | | | 47,36 | 168,49 | 45,15 | 1,94 | |
| Напиток апельсиновый ; 294,07 | 200 | 0,09 | 0,02 | 20,77 | 84,10 | | | | 0,02 | 4,00 | 2,30 | 1,30 | 0,09 | |
| 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 | |
| Итого | | 32,68 | 39,93 | 103,85 | 904,49 | 0,60 | | | 5,06 | 145,98 | 394,90 | 112,48 | 6,02 | 234,90 |

Начальник ОДДП *Исламова Н.* Исламова Н.