СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа
_____ В.К.Смирнов

МЕНЮ
для организации питания в лагерях отдыха и оздоровления с дневным пребыванием детей с 7-11 лет

21 июня 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Омлет запеченный с сыром	150	18,73	20,2	2,46	267,78	0,09	0,62	312,99	1,78	289,1	338,6	27,66	2,68	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10							
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		25,21	31,05	38,79	538,88	0,41	11,22	357,99	2,48	418,50	367,6	47,26	3,80	
Обед														
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,52	6,08	1,86	64,8	0,02	8,28	32,64	2,84	11,51	17,04	9,13	0,4	
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88	
Жаркое по-домашнему*	150	9,62	11,75	17,58	214,83	0,15	22,08	10,2	2,5	19,9	139,98	34,48	2,13	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		23,57	23,46	105,72	728,39	0,76	46,01	307	8,84	96,13	327,95	104,37	7,99	**182,12**

Начальник ОДДП _____ Исламова Н.А.