

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
 Примерное меню приготовляемых блюд в учреждениях с дневным
 пребыванием детей в период весенних каникул

31 марта 2021 г.

Завтрак

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	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	9,58	9,1	162,56	0,09	3,09	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88	
Кофейный напиток на молоке	200	3,38	3,58	20,38	130,06	0,04	1,3	22,00		120,3	90,00	14,00	0,13	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,10			0,45	6	19,5	4	0,75	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19	13,2	11	2,64	
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,1	6,61			45	0,01	2,40	3,0		0,02	
Итого	360	22,21	25,55	94,92	644,13	0,36	16,39	176,69	2,71	198,49	271,1	53,46	5,47	
Обед														
Винегрет овощной (с яблоками)	60	0,99	4,12	5,6	63,87	0,04	6,69	175,27	1,86	16,04	28,62	13,43	0,65	
Суп картофельный с клецками	250	1,83	3,37	11,84	85,35	0,08	11,5	206,18	1,44	16,4	46,48	17,65	0,71	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,15	5,03	1,96	90,15	0,08	1,99	401,53	2,24	32,68	147,88	39,13	0,66	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	200	163,4	0,76	12,6	3,4	3,4	0,66	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3	0,4	22,0	104	0,14			0,60	8	26,0	6	1,00	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Дучмак с творогом	50	9,36	5,46	16,05	152,01	0,04	0,17	34,12	0,92	62,5	97	10,8	0,5	
Итого	820	32,93	24,26	152,17	971,41	0,60	220,35	1009	8,82	173,03	498,24	138,72	6,03	
Всего за день		55,14	49,81	247,09	1615,54	0,96	236,74	1185,54	11,53	371,52	769,31	192,18	11,50	174,43

Начальник ОДП

Исламова Н.А.