

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

01 апреля 2021 г.

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	90/10	19,39	8,69	15,5	221,28	0,05	0,54			175,22		24,41	0,50	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4,0	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,15			68	0,15	3,60	4,5		0,03	
Сыр порционно	15	3,95	3,99		52,5		0,1	35,70	0,06	150	90,00	8,25	0,11	
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15,0	7,50	0,30	24	16,50	13,50	3,30	
Итого	430	28,06	24,66	67,88	613,33	0,27	15,65	110,70	1,26	363,12	143,5	53,16	5,22	

Обед

Икра морковная	40	0,84	3,25	4,22	50,38	0,03	4,76	817,5	1,63	13,99	29,41	18,53	0,44	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,9	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,1	
Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,3	0,35	11,64	113,3	75,2	2,55	
Сок фруктовый 0,2	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4,0	0,5	28	130	0,17			0,8	10	33	7,0	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Пирожки печеные с яблоками	75	4,73	4,07	36,61	202,47	0,07	2,6	31,37	0,75	16,3	45	9,0	1,2	
Итого	405	29,37	29,80	136,72	933,18	0,73	31,72	1137	8,32	136,48	433,40	167,33	9,44	
Всего за день		57,43	54,46	204,60	1546,51	1,00	47,37	1247,48	9,58	499,60	576,90	220,49	14,66	174,43

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.