



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

  
И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

27 мая 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции<br>и, (гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                             | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                             |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,25                                                    | 160                         | 16,81                   | 18,08 | 3,00   | 242,18                               | 0,10          |   |            | 1,88 | 129,61                       | 275,23 | 21,49  | 3,15 |        |
| Сыр (порциями) ;<br>27,01                                                       | 10                          | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                          | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>- 782,15                                           | 200                         |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>100,00 | 40                          | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания - 476,01                       | 100                         | 3,20                    | 3,20  | 9,10   | 78,00                                | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                           |                             | 25,92                   | 31,59 | 43,63  | 563,78                               | 0,52          |   |            | 2,48 | 359,01                       | 364,23 | 46,59  | 4,34 |        |
| Обед                                                                            |                             |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из<br>белокочанной капусты<br>- 404,17                                    | 60                          | 1,24                    | 6,08  | 3,78   | 75,52                                | 0,02          |   |            |      | 33,16                        | 25,53  | 11,25  | 0,46 |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями - 66,09                                          | 250                         | 3,27                    | 3,15  | 22,50  | 130,89                               | 0,12          |   |            |      | 18,88                        | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Жаркое по-<br>домашнему из мяса<br>птицы отварного ;<br>684,2                   | 200                         | 12,59                   | 15,23 | 24,66  | 285,65                               | 0,20          |   |            |      | 25,23                        | 149,91 | 40,21  | 1,86 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                         |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания - 1,1       | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный для<br>детского питания ; 1,2                          | 30                          | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,00                                | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| 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                                                                           |                             | 22,90                   | 25,26 | 111,42 | 767,96                               | 0,58          |   |            | 0,20 | 106,27                       | 311,49 | 100,53 | 7,81 | 226,20 |

Начальник ОДП  Исмаилов Н.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

  
И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

09 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса порции,<br>н, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерго-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У      |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Макаронные изделия<br>с тертым сыром ;<br>211,56                                | 160                       | 8,34                    | 8,54  | 35,34  | 252,37                                            | 0,09          |   |            |      | 119,02                       | 109,20 | 13,94  | 0,90 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                             |               |   |            |      | 2,40                         | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>; 282,15                                           | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                             | 0,25          |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| 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                                                                           |                           | 12,62                   | 16,39 | 87,07  | 552,97                                            | 0,50          |   |            | 0,80 | 143,42                       | 152,20 | 27,54  | 4,72 |        |
| Обед                                                                            |                           |                         |       |        |                                                   |               |   |            |      |                              |        |        |      |        |
| Салат из свежих<br>огурцов ; 14,09                                              | 100                       | 0,78                    | 5,11  | 2,77   | 60,01                                             | 0,03          |   |            | 2,31 | 22,10                        | 33,10  | 13,66  | 0,55 |        |
| Суп картофельный с<br>горохом и гречками ;<br>129,14                            | 270                       | 8,67                    | 4,97  | 37,90  | 230,96                                            | 0,36          |   |            |      | 43,17                        | 108,03 | 40,36  | 2,88 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 109,02                                         | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                             | 0,03          |   |            |      | 5,56                         | 44,77  | 5,50   | 0,38 |        |
| Биточки из мяса<br>птицы с томатным<br>соусом ; 502,56                          | 60/30                     | 11,97                   | 13,81 | 12,52  | 222,17                                            | 0,01          |   |            |      | 3,36                         | 4,63   | 2,60   | 0,12 |        |
| Рис отварной с<br>маслом ; 58,11                                                | 155                       | 3,87                    | 4,17  | 41,03  | 217,13                                            | 0,04          |   |            | 0,27 | 11,41                        | 82,50  | 27,35  | 0,60 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                          | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                             |               |   |            |      | 0,30                         |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                                            | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                         | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                             | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80  | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                           | 38,13                   | 34,24 | 158,00 | 1084,34                                           | 0,77          |   |            | 3,86 | 105,50                       | 351,03 | 111,87 | 6,76 | 226,20 |



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г.Уфа

  
И.П. Крутлый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

10 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса порции,<br>н. (гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|--------|------|--------|
|                                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Омлет натуральный;<br>218,25                                                    | 160                       | 16,81                   | 18,08 | 3,00   | 242,18                               | 0,10          |   |            | 1,88 | 129,61                    | 275,23 | 21,49  | 3,15 |        |
| Сыр (пармезан) ;<br>27,01                                                       | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50   | 0,07 |        |
| Масло сливочное ;<br>401                                                        | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |        | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный<br>- 282,15                                           | 200                       |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>404,32 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60   | 1,00 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания - 476,01                       | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 9,10   | 78,00                                | 0,03          |   |            |      | 119,00                    |        | 14,00  | 0,10 |        |
| Итого                                                                           |                           | 25,92                   | 31,59 | 43,63  | 563,78                               | 0,52          |   |            | 2,48 | 359,01                    | 364,23 | 46,59  | 4,34 |        |
| Обед                                                                            |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |        |      |        |
| Салат из<br>белокочанной<br>капусты со свежими<br>404,32                        | 60                        | 1,16                    | 6,07  | 3,02   | 71,92                                | 0,02          |   |            |      | 31,48                     | 22,17  | 11,25  | 0,42 |        |
| Суп с макаронными<br>изделиями : 66,09                                          | 250                       | 3,27                    | 3,15  | 22,50  | 130,89                               | 0,12          |   |            |      | 18,88                     | 63,55  | 24,27  | 1,01 |        |
| Жаркое по-<br>домашнему из мяса<br>птицы отварного ;<br>66,09                   | 200                       | 12,59                   | 15,23 | 24,66  | 285,65                               | 0,20          |   |            |      | 25,23                     | 149,91 | 40,21  | 1,86 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                              | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                      |        |        | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ; 1,1       | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |            |      | 6,00                      | 19,50  | 4,20   | 0,75 |        |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный для<br>детского питания ; 1,2                          | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80  | 66,00                                | 0,12          |   |            |      | 8,70                      | 39,00  | 12,60  | 0,90 |        |
| 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                                                                           |                           | 22,82                   | 25,25 | 110,66 | 764,36                               | 0,58          |   |            | 0,20 | 104,59                    | 308,13 | 100,53 | 7,77 | 226,20 |

Начальник ОДП  Исмаилов И.А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДПГО г.Уфа

  
И.П. Крутиный

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

11 июня 2025 г.

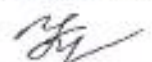
| Прием пищи,<br>наименование блюда                                            | Масса<br>порция,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | Цена   |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------------|------|---------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                              |                           | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Ca                        | P      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                      |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                | 155                       | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                               | 0,06          |   |            |      | 95,97                     | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порция) ; 27,01                                                         | 10                        | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |            |      | 100,00                    | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                        | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |            |      | 2,40                      | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай с сахаром; 283                                                           | 200                       |                         |       | 9,98   | 39,90                                |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>420,02 | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 22,00  | 104,00                               | 0,14          |   |            | 0,60 | 8,00                      | 26,00  | 5,60  | 1,00 |        |
| 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                                                                        |                           | 11,53                   | 16,88 | 84,76  | 543,75                               | 0,22          |   |            | 0,80 | 220,67                    | 221,23 | 46,31 | 4,37 |        |
| Обед                                                                         |                           |                         |       |        |                                      |               |   |            |      |                           |        |       |      |        |
| Огурцы свежие ; 503,07                                                       | 60                        | 0,42                    | 0,06  | 1,14   | 6,60                                 | 0,02          |   |            | 0,06 | 10,20                     | 18,00  | 8,40  | 0,30 |        |
| Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной ;<br>56,13                       | 250/10                    | 2,11                    | 5,71  | 10,48  | 102,56                               | 0,06          |   |            |      | 45,28                     | 54,52  | 24,42 | 1,13 |        |
| Мясо птицы отварное (на<br>сух); 109,02                                      | 20                        | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                | 0,03          |   |            |      | 5,56                      | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Тефтели из говядины с<br>томатным соусом ; 502,25                            | 90                        | 9,40                    | 10,38 | 7,74   | 162,42                               | 0,01          |   |            |      | 2,41                      | 5,26   | 2,59  | 0,12 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                          | 155                       | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                               | 0,09          |   |            |      | 15,59                     | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                       | 200                       | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                |               |   |            |      | 0,30                      |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания ;<br>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<br>для детского питания ;<br>421,11                     | 40                        | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                | 0,16          |   |            | 0,68 | 11,60                     | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                        |                           | 31,11                   | 26,85 | 120,22 | 840,14                               | 0,51          |   |            | 1,34 | 98,94                     | 247,73 | 71,97 | 5,04 | 226,20 |

Начальник ОДЦ  Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДЦП ГО г.Уфа

 И.П. Круглый

Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания  
16 июня 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                               | Масса<br>порции,<br>н, (гр.) | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|---|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                                 |                              | Б                       | Ж     | У      |                                      | В1            | С | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак                                                                         |                              |                         |       |        |                                      |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Капша рисовая молочная<br>вязкая с маслом; 181                                  | 155                          | 4,62                    | 6,37  | 32,45  | 206,75                               | 0,06          |   |      | 95,97                        | 118,23 | 27,21 | 0,45 |        |
| Сыр (порциями) ; 27,01                                                          | 10                           | 2,63                    | 2,66  |        | 35,00                                |               |   |      | 100,00                       | 60,00  | 5,50  | 0,07 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                           | 10                           | 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,10                                |               |   |      | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай<br>витаминизированный ;<br>282,15                                           | 200                          |                         |       | 9,40   | 38,50                                | 0,25          |   |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания; 1,1        | 30                           | 2,40                    | 0,30  | 16,50  | 78,00                                | 0,10          |   |      | 6,00                         | 19,50  | 4,20  | 0,75 |        |
| 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                                                                           |                              | 10,73                   | 16,78 | 78,68  | 516,35                               | 0,43          |   | 0,20 | 218,37                       | 214,73 | 44,91 | 4,09 |        |
| Обед                                                                            |                              |                         |       |        |                                      |               |   |      |                              |        |       |      |        |
| Салат из свежих<br>помидоров ; 13,07                                            | 100                          | 1,13                    | 5,19  | 5,17   | 73,66                                | 0,06          |   |      | 21,37                        | 33,06  | 17,92 | 0,87 |        |
| Щи из свежей капусты<br>со сметаной ; 53,05                                     | 260                          | 2,15                    | 5,76  | 9,60   | 99,76                                | 0,07          |   |      | 45,28                        | 50,38  | 21,22 | 0,77 |        |
| Мясо птицы отварное<br>(на суп); 109,02                                         | 20                           | 6,00                    | 5,29  | 0,24   | 72,17                                | 0,03          |   |      | 5,56                         | 44,77  | 5,50  | 0,38 |        |
| Биточки мясные с<br>томатным соусом;<br>445,12                                  | 90                           | 10,78                   | 10,75 | 12,12  | 188,95                               |               |   |      | 5,76                         | 5,39   | 2,88  | 0,15 |        |
| Макаронные изделия<br>отварные с маслом ;<br>211,05                             | 155                          | 6,34                    | 4,52  | 37,08  | 214,49                               | 0,09          |   |      | 15,59                        | 47,18  | 8,66  | 0,88 |        |
| Компот из смеси<br>сухофруктов; 293,03                                          | 200                          | 0,44                    | 0,09  | 23,14  | 89,90                                |               |   |      | 0,30                         |        |       | 0,03 |        |
| Хлеб пшеничный<br>обогащенный<br>витаминами для<br>детского питания ;<br>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<br>для детского питания ;<br>421,11                        | 40                           | 3,20                    | 0,40  | 18,40  | 88,00                                | 0,16          |   | 0,68 | 11,60                        | 52,00  | 16,80 | 1,20 |        |
| Итого                                                                           |                              | 33,24                   | 32,40 | 127,75 | 930,93                               | 0,55          |   | 1,28 | 113,46                       | 258,78 | 78,58 | 5,28 | 226,20 |