




Меню для организации питания в лагерях дневного пребывания

02 апреля 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Омлет натуральный ; 218,08	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,10				121,71	258,12	20,16	2,96	
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 витаминизированный ; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания ; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		24,07	30,43	37,95	523,27	0,48				349,11	340,62	43,86	3,90	
Обед														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом птицы; 56,88	200/25/5	9,07	10,72	8,42	166,45	0,08				39,11	96,51	25,81	1,35	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом ; 502,56	90	7,32	11,10	5,32	151,21	0,01				3,36	4,63	2,60	0,12	
Макаронные изделия отварные с маслом ; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09				15,59	47,18	8,66	0,88	
Компот из свежих плодов; 294,2	200	0,16	0,16	16,26	67,10	0,01				6,70	4,40	3,60	0,91	
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	
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	
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		31,09	27,60	132,73	907,25	0,54			1,65	100,81	254,47	73,87	8,54	234,90

Начальник ОДД  Исламова Н.А.

