МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

15.02.2021

Меню с 1,5-3 лет ок-й, 1п

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	Чай с сахаром дс* 150 ед.	кКал-19.95, Угл-4.99
150/5	Каша рисовая вязкая с маслом на 150/5 ед.	кКал-236.44, Белки-4.43, Жиры-6.36, Угл-40.36, Витамин С-0.28
20/5/10	Бутерброд с маслом и сыром 20/5/10 ед.	кКал-120.05, Белки-4.27, Жиры-6.49, Угл-11.07, Витамин С-0.07
	Итого за Завтрак1	кКал-376.44, Белки-8.7, Жиры-12.85, Угл-56.42, Витамин С-0.35
	Завтрак2	
150	Кисель плодово-ягодный дс* 150 ед.	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
	Итого за Завтрак2	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
	Обед	
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
50	Салат из белокочанной капусты с морковью 50 ед.	кКал-51.69, Белки-1.14, Жиры-2.56, Угл-5.83, Витамин С-25.79
150	Суп картофельный с гречневой крупой 150 ед.	кКал-59.63, Белки-1.52, Жиры-1.83, Угл-9.22, Витамин С-6.9
25/25	Гуляш из отварного мяса 25/25 ед.	кКал-118.82, Белки-7.82, Жиры-9.01, Угл-1.63, Витамин С-1.16
100/3	Макаронные изделия отварные с маслом 100/3 ед.	кКал-138.13, Белки-3.87, Жиры-2.63, Угл-24.71
150	Компот из свежих плодов дс* 150 ед.	кКал-34.05, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-7.93, Витамин С-3
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 20 ед.	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед	кКал-498.32, Белки-17.67, Жиры-16.55, Угл-69.52, Витамин С-36.85
	Полдник у.	
150	Чай с лимоном и сахаром дс* 150 ед.	кКал-21.65, Белки-0.05, Жиры-0.01, Угл-5.14, Витамин С-2
50	Котлеты или биточки рыбные (филе минтая) 50 ед.	кКал-90.2, Белки-6.19, Жиры-4.79, Угл-5.56, Витамин С-0.33
20	Соус томатный* 20 ед.	кКал-8.33, Белки-0.21, Жиры-0.31, Угл-1.12, Витамин С-1
100	Картофельное пюре 100 ед.	кКал-98.45, Белки-2.2, Жиры-3.39, Угл-14.72, Витамин С-17.31
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
	Итого за Полдник у.	кКал-270.63, Белки-10.25, Жиры-8.7, Угл-37.54, Витамин С-20.64
	Итого за день	кКал-1 190.68, Белки-36.7, Жиры-38.16, Угл-174.87, Витамин С-57.84

Начальник _____ Исламова Н.А.

_____ _____

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

16.02.2021

Меню с 1,5-3 лет ок-й, 1в

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150/5	Каша пшенная молочная вязкая с маслом 150/5 ед.	кКал-219.66, Белки-6.44, Жиры-7.17, Угл-32.18, Витамин С-0.94
150	Какао с молоком дс* 150 ед.	кКал-69.29, Белки-2.54, Жиры-2.63, Угл-8.67, Витамин С-0.98
20/5	Бутерброд с маслом 20/5 ед.	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
	Итого за Завтрак1	кКал-374, Белки-10.62, Жиры-13.63, Угл-51.92, Витамин С-1.92
	Завтрак2	
150	Молоко кипяченое 150 ед.	кКал-90, Белки-4.35, Жиры-4.8, Угл-7.05, Витамин С-1.95
	Итого за Завтрак2	кКал-90, Белки-4.35, Жиры-4.8, Угл-7.05, Витамин С-1.95
	Обед	
30	Свекла отварная 30 ед.	кКал-16.13, Белки-0.58, Жиры-0.04, Угл-3.38, Витамин С-3.84
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
150	Суп с макаронными изделиями 150 ед.	кКал-72.98, Белки-1.72, Жиры-1.77, Угл-12.47, Витамин С-9.9
130	Жаркое по-домашнему* 130 ед.	кКал-184, Белки-8.16, Жиры-9.99, Угл-15.31, Витамин С-19.21
150	Компот из смеси сухофруктов дс* 150 ед.	кКал-64.53, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-16.71
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 20 ед.	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед	кКал-433.64, Белки-13.99, Жиры-12.27, Угл-68.07, Витамин С-32.95
	Полдник у.	
150	Суп молочный с полтавской крупой 150 ед.	кКал-99.59, Белки-3.56, Жиры-3.43, Угл-13.49, Витамин С-0.98
50/5	Запеканка из творога со сгущенным молоком 50/5 ед.	кКал-122.65, Белки-10.66, Жиры-5.03, Угл-8.21, Витамин С-0.28
150	Кисель плодово-ягодный дс* 150 ед.	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
100	Яблоко 100 ед.	кКал-47, Белки-0.4, Жиры-0.4, Угл-9.8, Витамин С-10
	Итого за Полдник у.	кКал-366.53, Белки-16.3, Жиры-9.12, Угл-53.89, Витамин С-11.26
	Итого за день	кКал-1 264.17, Белки-45.26, Жиры-39.82, Угл-180.93, Витамин С-48.08

Начальник ОДН Исламова Н.А.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

17.02.2021

Меню с 1,5-3 лет ок-й, 1с

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
100	Омлет натуральный 100 ед.	кКал-152.08, Белки-10.51, Жиры-11.38, Угл-1.88, Витамин С-0.37
20/10	Бутерброд с сыром 20/10 ед.	кКал-87, Белки-4.23, Жиры-2.86, Угл-11, Витамин С-0.07
150	Чай с молоком и сахаром дс* 150 ед.	кКал-42.15, Белки-1.07, Жиры-1.18, Угл-6.73, Витамин С-0.48
	Итого за Завтрак1	кКал-281.23, Белки-15.81, Жиры-15.42, Угл-19.61, Витамин С-0.92
	Завтрак2	
100	Кисломолочный продукт для детского питания 100 ед.	кКал-62, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-4.5, Витамин С-0.6
	Итого за Завтрак2	кКал-62, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-4.5, Витамин С-0.6
	Обед	
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
50	Салат Мазайка на 50 (сол.огурец) ед.	кКал-58.53, Белки-0.74, Жиры-4.2, Угл-4.31, Витамин С-4.16
150/5	Свекольник со сметаной 150/5 ед.	кКал-80.22, Белки-1.62, Жиры-3.32, Угл-10.89, Витамин С-11.61
130	Плов из мяса птицы* 130 ед.	кКал-355.78, Белки-16.69, Жиры-20.18, Угл-27.05, Витамин С-3.47
150	Компот из кураги дс* 150 ед.	кКал-71.55, Белки-0.98, Жиры-0.06, Угл-16.57, Витамин С-0.75
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 20 ед.	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед	кКал-662.08, Белки-23.23, Жиры-28.16, Угл-79.02, Витамин С-19.99
	Полдник у.	
150	Напиток из плодов шиповника дс* 150 ед.	кКал-82.5, Белки-0.51, Жиры-0.21, Угл-17.23, Витамин С-150
150/10	Уха с крупой (филе минтая) перловка 150/10 ед.	кКал-65.41, Белки-3.15, Жиры-1.81, Угл-9.09, Витамин С-7.26
50	Пирожки печеные с картофелем 50 ед.	кКал-138.79, Белки-3.55, Жиры-4.01, Угл-22.15, Витамин С-4.32
100	Яблоко 100 ед.	кКал-47, Белки-0.4, Жиры-0.4, Угл-9.8, Витамин С-10
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
	Итого за Полдник у.	кКал-385.7, Белки-9.21, Жиры-6.63, Угл-69.27, Витамин С-171.58
	Итого за день	кКал-1 391.01, Белки-51.45, Жиры-53.41, Угл-172.4, Витамин С-193.09

Начальник ОДН Исламова Н.А.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

18.02.2021

Меню с 1,5-3 лет ок-й, 1ч

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	*Чай с лимоном и сахаром дс* 150 ед.*	кКал-21.65, Белки-0.05, Жиры-0.01, Угл-5.14, Витамин С-2
150/5	*Каша Артек молочная вязкая с маслом 150/5 ед.*	кКал-214.79, Белки-6.25, Жиры-6.38, Угл-32.93, Витамин С-0.94
20/5	*Бутерброд с маслом 20/5 ед.*	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
	Итого за Завтрак1	кКал-321.49, Белки-7.94, Жиры-10.22, Угл-49.14, Витамин С-2.94
	Завтрак2	
100	*Кисломолочный продукт для детского питания 100 ед.*	кКал-62, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-4.5, Витамин С-0.6
	Итого за Завтрак2	кКал-62, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-4.5, Витамин С-0.6
	Обед	
20	*Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.*	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
50	*Маринад овощной без томата 50 ед.*	кКал-67.04, Белки-0.79, Жиры-5.07, Угл-4.42, Витамин С-2.75
150/10	*Суп картофельный с горохом и гренками 150/10 ед.*	кКал-127.35, Белки-4.83, Жиры-2.89, Угл-20.49, Витамин С-6.99
50	*Котлеты или биточки мясные 50 ед.*	кКал-138.23, Белки-7.95, Жиры-9.39, Угл-5.51, Витамин С-0.16
20	*Соус сметанный с томатом 20 ед.*	кКал-13.93, Белки-0.33, Жиры-0.77, Угл-1.38, Витамин С-0.38
100	*Картофельное пюре 100 ед.*	кКал-98.45, Белки-2.2, Жиры-3.39, Угл-14.72, Витамин С-17.31
150	*Кисель плодово-ягодный дс* 150 ед.*	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
20	*Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 20 ед.*	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед	кКал-586.29, Белки-19.38, Жиры-21.97, Угл-78.11, Витамин С-27.59
	Полдник у.	
150	*Суп молочный с гречневой крупой 150 ед.*	кКал-97.07, Белки-3.7, Жиры-3.67, Угл-12.19, Витамин С-0.98
150	*Чай с сахаром дс* 150 ед.*	кКал-19.95, Угл-4.99
50	*Ватрушка с творогом 50 ед.*	кКал-149.4, Белки-6.77, Жиры-3.6, Угл-22.35, Витамин С-0.08
20	*Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.*	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
100	*Яблоко 100 ед.*	кКал-47, Белки-0.4, Жиры-0.4, Угл-9.8, Витамин С-10
	Итого за Полдник у.	кКал-365.42, Белки-12.47, Жиры-7.87, Угл-60.33, Витамин С-11.06
	Итого за день	кКал-1 335.2, Белки-42.99, Жиры-43.26, Угл-192.08, Витамин С-42.19

Начальник ОПН _____ Исламова Н.А.

_____ _____

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

19.02.2021

Меню с 1,5-3 лет ок-й, 1п

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	Какао с молоком дс* 150 ед.	кКал-69.29, Белки-2.54, Жиры-2.63, Угл-8.67, Витамин С-0.98
150/5	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом 150/5 ед.	кКал-212.17, Белки-6.27, Жиры-8.07, Угл-28.48, Витамин С-0.98
20/5/10	Бутерброд с маслом и сыром 20/5/10 ед.	кКал-120.05, Белки-4.27, Жиры-6.49, Угл-11.07, Витамин С-0.07
	Итого за Завтрак1	кКал-401.51, Белки-13.08, Жиры-17.19, Угл-48.22, Витамин С-2.03
	Завтрак2	
150	Напиток из плодов шиповника дс* 150 ед.	кКал-82.5, Белки-0.51, Жиры-0.21, Угл-17.23, Витамин С-150
	Итого за Завтрак2	кКал-82.5, Белки-0.51, Жиры-0.21, Угл-17.23, Витамин С-150
	Обед	
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
50	Салат картофельный с солеными огурцами 50 ед.	кКал-51.37, Белки-0.82, Жиры-2.64, Угл-5.99, Витамин С-7.35
150	Суп картофельный с клецками 150 ед.	кКал-50.86, Белки-1.09, Жиры-1.98, Угл-7.13, Витамин С-6.9
50	Суфле из мяса птицы 50 ед.	кКал-213.29, Белки-16.53, Жиры-15.51, Угл-2.12, Витамин С-1.73
100	Капуста тушеная 100 ед.	кКал-84.32, Белки-2.39, Жиры-3.64, Угл-10.14, Витамин С-53.15
150	Компот из смеси сухофруктов дс* 150 ед.	кКал-64.53, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-16.71
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 20 ед.	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед	кКал-560.37, Белки-24.36, Жиры-24.24, Угл-62.29, Витамин С-69.13
	Полдник у.	
150	Чай с сахаром дс* 150 ед.	кКал-19.95, Угл-4.99
60	Рыба, запеченная в омлете (филе минтая) 60 ед.	кКал-87.23, Белки-10.12, Жиры-4.38, Угл-1.79, Витамин С-0.32
100/3	Макаронные изделия отварные с маслом 100/3 ед.	кКал-138.13, Белки-3.87, Жиры-2.63, Угл-24.71
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 20 ед.	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
	Итого за Полдник у.	кКал-297.31, Белки-15.59, Жиры-7.21, Угл-42.49, Витамин С-0.32
	Итого за день	кКал-1 341.69, Белки-53.54, Жиры-48.85, Угл-170.23, Витамин С-221.48

Начальник _____ Исламова Н.А.

_____ _____