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

11.11.2026

ДС 163 (10,5 Детсад ДИЕТ)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
133	***Каша молочная "Дружба"***	493,47	кКал-153.08, Белки-4.22, Жиры-4.87, Угл-22.91
30	***Батон нарезной***	4,04	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
	Итого за Завтрак1		кКал-264.09, Белки-6.62, Жиры-5.17, Угл-46.19
	Завтрак2		
100	***Кисломолочный продукт для детского питания***	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
	Итого за Завтрак2		кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
	Обед		
180	***Суп картофельный с гречневой крупой***	65,77	кКал-121.04, Белки-1.97, Жиры-2.27, Угл-23.65
120	***Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе ЦБ)***	684,71	кКал-177.94, Белки-8.01, Жиры-9.74, Угл-14.58
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
20	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	1,9	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
20	***Хлеб ржано-пшеничный для детского питания***	421,01	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
	Итого за Обед		кКал-433.99, Белки-13.18, Жиры-12.41, Угл-66.41
	Полдник		
130	***Суп молочный с макаронными изделиями***	76,57	кКал-85.54, Белки-3.14, Жиры-2.98, Угл-11.4
50	***Шанежка наливная***	434,18	кКал-137.7, Белки-3.63, Жиры-3.55, Угл-22.76
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
	Итого за Полдник		кКал-262.25, Белки-6.77, Жиры-6.53, Угл-42.14
	Итого за день		кКал-1 038.33, Белки-29.77, Жиры-27.31, Угл-163.84

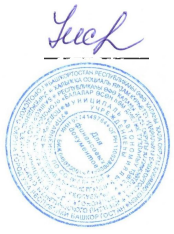


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

11.11.2026

ДС 163 (Безмолоч 3-7 ДИЕТ)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
30	***Батон нарезной***	4,04	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
130/4	***Каша "Дружба" вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)***	493,16	кКал-115.05, Белки-2.23, Жиры-4.53, Угл-16.34
	Итого за Завтрак1		кКал-226.06, Белки-4.63, Жиры-4.83, Угл-39.62
	Завтрак2		
200	***Кисель плодово-ягодный***	305,1	кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77
	Итого за Завтрак2		кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77
	Обед		
180	***Суп картофельный с гречневой крупой***	65,77	кКал-121.04, Белки-1.97, Жиры-2.27, Угл-23.65
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
170	***Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе ЦБ)***	684,77	кКал-306, Белки-10.22, Жиры-13.09, Угл-45.05
25	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	***Хлеб ржано-пшеничный для детского питания***	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
	Итого за Обед		кКал-586.05, Белки-16.19, Жиры-15.86, Угл-101.93
	Полдник у.		
50	***Мясо птицы, припущенное с овощами (филе индейки)***	108,99	кКал-121.16, Белки-6.82, Жиры-10.04, Угл-0.85
134	***Макаронные изделия отварные с растительным маслом***	211,28	кКал-193.21, Белки-5.46, Жиры-4.77, Угл-32.08
200	***Чай с сахаром***	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
25	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
	Итого за Полдник у.		кКал-418.38, Белки-14.28, Жиры-15.06, Угл-54.66
	Итого за день		кКал-1 265.24, Белки-35.2, Жиры-35.83, Угл-204.98



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

11.11.2026

ДС 163 (Детсад3-7 ДИЕТ-192)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
200	*Чай с сахаром*	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
170	*Каша молочная "Дружба" с маслом*	493,59	кКал-219.69, Белки-5.22, Жиры-6.22, Угл-35.48
35	*Батон нарезной*	4,03	кКал-84, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-17.85
	Итого за Завтрак1		кКал-342.7, Белки-8.02, Жиры-6.57, Угл-61.31
	Завтрак2		
100	*Кисломолочный продукт для детского питания*	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
20	*Батон нарезной*	4,14	кКал-48, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-10.2
	Итого за Завтрак2		кКал-126, Белки-4.8, Жиры-3.4, Угл-19.3
	Обед		
200	*Чай с сахаром*	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
170	*Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе ЦБ)*	684,77	кКал-306, Белки-10.22, Жиры-13.09, Угл-45.05
200	*Суп картофельный с гречневой крупой*	65,08	кКал-135.07, Белки-2.18, Жиры-2.53, Угл-25.8
30	*Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания*	1,1	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	*Хлеб ржано-пшеничный для детского питания*	1,2	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8
	Итого за Обед		кКал-624.08, Белки-17.2, Жиры-16.22, Угл-109.13
	Полдник у.		
200	*Чай с сахаром*	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
25	*Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания*	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
180	*Суп молочный с макаронными изделиями*	76,54	кКал-118.61, Белки-4.35, Жиры-4.14, Угл-15.8
50	*Шанежка наливная*	434,18	кКал-137.7, Белки-3.63, Жиры-3.55, Угл-22.76
	Итого за Полдник у.		кКал-360.32, Белки-9.98, Жиры-7.94, Угл-60.29
	Итого за день		кКал-1 453.1, Белки-40, Жиры-34.13, Угл-250.03



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

11.11.2026

ДС 163 (Детсад1,5-3 ДИЕТ-192)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
150	***Каша молочная "Дружба"***	493,6	кКал-174.97, Белки-5.03, Жиры-5.38, Угл-26.38
5	***Масло сливочное***	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
25	***Батон нарезной***	4,02	кКал-60, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-12.75
180	***Чай с сахаром***	282,12	кКал-19.95, Угл-4.99
	Итого за Завтрак1		кКал-287.97, Белки-7.07, Жиры-9.26, Угл-44.19
	Завтрак2		
100	***Кисломолочный продукт для детского питания***	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
	Итого за Завтрак2		кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
	Обед		
180	***Суп картофельный с гречневой крупой***	65,77	кКал-121.04, Белки-1.97, Жиры-2.27, Угл-23.65
20	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	1,9	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
25	***Хлеб ржано-пшеничный для детского питания***	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
150	***Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного***	684,7	кКал-221.77, Белки-9.96, Жиры-12.13, Угл-18.23
150	***Кисель плодово-ягодный***	305,09	кКал-26.06, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-6.58
	Итого за Обед		кКал-475.87, Белки-15.61, Жиры-14.91, Угл-70.96
	Полдник у.		
50	***Шанежка наливная***	434,18	кКал-137.7, Белки-3.63, Жиры-3.55, Угл-22.76
150	***Суп молочный с макаронными изделиями***	76,56	кКал-99.19, Белки-3.62, Жиры-3.47, Угл-13.2
150	***Чай с сахаром***	282,1	кКал-19.95, Угл-4.99
20	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	1,9	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
	Итого за Полдник у.		кКал-308.84, Белки-8.85, Жиры-7.22, Угл-51.95
	Итого за день		кКал-1 150.68, Белки-34.73, Жиры-34.59, Угл-176.2

