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

16.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 1пн

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
165	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	181,89	кКал-213.61, Белки-4.82, Жиры-5.75, Угл-34.85
5	Масло сливочное	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
35	Батон нарезной	4,03	кКал-84, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-17.85
	Итого за Завтрак1		кКал-369.67, Белки-7.66, Жиры-9.73, Угл-60.75
	Завтрак2		
200	Напиток яблочный	294,51	кКал-85.2, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-21.4
	Итого за Завтрак2		кКал-85.2, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-21.4
	Обед		
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
200	Щи из свежей капусты со сметаной	53,67	кКал-73.28, Белки-1.6, Жиры-4.07, Угл-7.38
70	Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ).	233,9	кКал-167.18, Белки-9.39, Жиры-13.12, Угл-2.99
145	Каша гречневая вязкая с маслом	175,04	кКал-196.8, Белки-4.6, Жиры-6.06, Угл-34.67
200	Кисель плодово-ягодный	305,06	кКал-73.69, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-18.51
	Итого за Обед		кКал-630.95, Белки-19.69, Жиры-23.83, Угл-88.8
	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
150	Макаронные изделия с тертым сыром	211,48	кКал-237.09, Белки-8.32, Жиры-7.81, Угл-33.21
	Итого за Полдник у.		кКал-341.1, Белки-10.32, Жиры-8.06, Угл-54.94
	Итого за день		кКал-1 426.92, Белки-37.79, Жиры-41.74, Угл-225.89



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

17.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 1вт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
25	Батон нарезной	4,02	кКал-60, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-12.75
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
1	Пюре детское фруктовое	667,48	кКал-55, Угл-13.75
150	Каша пшенная молочная вязкая с маслом	470,98	кКал-202.85, Белки-6.18, Жиры-6.32, Угл-30.14
5	Масло сливочное	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
	Итого за Завтрак1		кКал-389.91, Белки-8.22, Жиры-10.2, Угл-64.69
	Завтрак2		
30	Булочка молочная	273,93	кКал-95.62, Белки-2.94, Жиры-0.82, Угл-19.14
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
	Итого за Завтрак2		кКал-134.63, Белки-2.94, Жиры-0.82, Угл-27.12
	Обед		
50	Салат из свеклы с растительным маслом	25,81	кКал-52.17, Белки-0.9, Жиры-3.06, Угл-5.28
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
200	Рассольник ленинградский со сметаной	54,79	кКал-91.64, Белки-1.34, Жиры-4.87, Угл-10.52
70	Биточки мясные с томатным соусом п/ф	445,49	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
150	Картофельное пюре*	138,63	кКал-218, Белки-3.85, Жиры-5.39, Угл-38
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,1	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
	Итого за Обед		кКал-616.58, Белки-14.87, Жиры-19.55, Угл-93.27
	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
102	Каша манная молочная вязкая с маслом	7,29	кКал-123.79, Белки-3.71, Жиры-3.27, Угл-19.76
10	Сыр (порциями)	27,01	кКал-35, Белки-2.63, Жиры-2.66
	Итого за Полдник у.		кКал-262.8, Белки-8.34, Жиры-6.18, Угл-41.49
	Итого за день		кКал-1 403.92, Белки-34.37, Жиры-36.75, Угл-226.57

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

18.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 1ср

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 овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	164,08	кКал-213.83, Белки-6.8, Жиры-7.7, Угл-29.18
40	Батон нарезной	4,05	кКал-96, Белки-3.2, Жиры-0.4, Угл-20.4
	Итого за Завтрак1		кКал-348.84, Белки-10, Жиры-8.1, Угл-57.56
	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	Свекольник со сметаной	67,45	кКал-93.48, Белки-1.95, Жиры-4.14, Угл-12.02
150	Плов из мяса птицы	130,08	кКал-310.64, Белки-12.39, Жиры-14.44, Угл-32.66
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,1	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,09	кКал-77, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-16.1
	Итого за Обед		кКал-598.13, Белки-19.54, Жиры-19.23, Угл-85.26
	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	Булочка молочная	273,85	кКал-159.37, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-31.89
	Итого за Полдник у.		кКал-381.99, Белки-11.25, Жиры-5.75, Угл-69.42
	Итого за день		кКал-1 454.96, Белки-45.59, Жиры-36.48, Угл-231.54



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

19.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 1чт

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 манная молочная вязкая с маслом*	7,41	кКал-227.96, Белки-6.08, Жиры-5.82, Угл-36.36
35	*Батон нарезной*	4,03	кКал-84, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-17.85
	Итого за Завтрак1		кКал-350.97, Белки-8.88, Жиры-6.17, Угл-62.19
	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		
180	*Суп-лапша*	66,92	кКал-102.98, Белки-2.43, Жиры-3.91, Угл-14.46
70	*Мясо птицы, припущенное с овощами*	108,9	кКал-163.48, Белки-9.67, Жиры-12, Угл-4.3
200	*Чай с сахаром*	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
25	*Хлеб ржано-пшеничный для детского питания*	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
50	*Салат из белокочанной капусты с морковью*	2,1	кКал-51.69, Белки-1.14, Жиры-2.56, Угл-5.83
145	*Каша гречневая вязкая с маслом*	175,04	кКал-196.8, Белки-4.6, Жиры-6.06, Угл-34.67
30	*Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания*	1,1	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
	Итого за Обед		кКал-686.96, Белки-22.24, Жиры-25.08, Угл-95.24
	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
102	*Каша пшеничная молочная вязкая с маслом*	465,71	кКал-131.48, Белки-4.07, Жиры-3.25, Угл-20.72
90	*Омлет натуральный*	218,53	кКал-143.31, Белки-10.1, Жиры-10.6, Угл-1.83
	Итого за Полдник у.		кКал-378.8, Белки-16.17, Жиры-14.1, Угл-44.28
	Итого за день		кКал-1 542.73, Белки-52.09, Жиры-48.75, Угл-221.01



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

20.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 1пт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
165	Каша молочная "Дружба" с маслом	493,49	кКал-199.69, Белки-5.22, Жиры-6.22, Угл-30.48
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
10	Сыр (порциями)	27,01	кКал-35, Белки-2.63, Жиры-2.66
	Итого за Завтрак1		кКал-345.7, Белки-10.25, Жиры-9.18, Угл-53.76
	Завтрак2		
200	Сок фруктовый	86,42	кКал-92, Белки-1, Жиры-0.2, Угл-20.2
	Итого за Завтрак2		кКал-92, Белки-1, Жиры-0.2, Угл-20.2
	Обед		
150	Картофельное пюре*	138,63	кКал-218, Белки-3.85, Жиры-5.39, Угл-38
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
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
200	Суп картофельный с горохом	129,59	кКал-166.13, Белки-4.4, Жиры-4.3, Угл-27.59
70	Рыба запеченная с овощами	591,43	кКал-94.69, Белки-7.48, Жиры-5.76, Угл-3.13
	Итого за Обед		кКал-637.83, Белки-19.73, Жиры-15.95, Угл-101.95
	Полдник у.		
150	Плов из мяса птицы	130,08	кКал-310.64, Белки-12.39, Жиры-14.44, Угл-32.66
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
	Итого за Полдник у.		кКал-414.65, Белки-14.39, Жиры-14.69, Угл-54.39
	Итого за день		кКал-1 490.18, Белки-45.37, Жиры-40.02, Угл-230.3