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

09.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 2пн

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
5	Масло сливочное	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
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
170	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	164,08	кКал-213.83, Белки-6.8, Жиры-7.7, Угл-29.18
	Итого за Завтрак1		кКал-357.89, Белки-9.24, Жиры-11.63, Угл-52.53
	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		
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	56,9	кКал-90.45, Белки-1.58, Жиры-4.03, Угл-8.08
150	Каша рисовая вязкая с маслом	181,94	кКал-190.18, Белки-2.4, Жиры-3.98, Угл-36.01
200	Компот из смеси сухофруктов	293,07	кКал-69.95, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-18.15
70	Биточки мясные с томатным соусом п/ф	445,49	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
35	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,27	кКал-91, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-19.25
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,09	кКал-77, Белки-2.8, Жиры-0.35, Угл-16.1
	Итого за Обед		кКал-601.34, Белки-14.4, Жиры-14.48, Угл-101.08
	Полдник у.		
130	Каша гречневая вязкая с маслом	302,11	кКал-117.77, Белки-4.03, Жиры-3.22, Угл-18.2
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 пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
	Итого за Полдник у.		кКал-385.26, Белки-15.7, Жиры-15.47, Угл-44.23
	Итого за день		кКал-1 429.69, Белки-39.46, Жиры-41.7, Угл-219.24



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

10.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 2вт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
10	Сыр (порциями)	27,01	кКал-35, Белки-2.63, Жиры-2.66
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
170	Каша манная молочная вязкая с маслом	7,41	кКал-227.96, Белки-6.08, Жиры-5.82, Угл-36.36
	Итого за Завтрак1		кКал-373.97, Белки-11.11, Жиры-8.78, Угл-59.64
	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	Свекла отварная	1,15	кКал-26.88, Белки-0.96, Жиры-0.06, Угл-5.63
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
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	Макаронные изделия отварные с маслом	211,99	кКал-208.01, Белки-5.49, Жиры-4.6, Угл-36.2
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-658.36, Белки-22.24, Жиры-22.45, Угл-90.48
	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
60	Пудинг творожный со сгущенным молоком	232,13	кКал-121.37, Белки-9.43, Жиры-4.06, Угл-11.35
	Итого за Полдник у.		кКал-356.86, Белки-15.5, Жиры-7.56, Угл-53.8
	Итого за день		кКал-1 523.82, Белки-51.79, Жиры-39.61, Угл-231.04



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

11.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 2ср

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
170	Каша молочная "Дружба" с маслом	493,59	кКал-219.69, Белки-5.22, Жиры-6.22, Угл-35.48
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
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		
170	Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе ЦБ)	684,77	кКал-306, Белки-10.22, Жиры-13.09, Угл-45.05
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
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

12.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 2чт

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
170	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	465,81	кКал-233.72, Белки-6.78, Жиры-5.89, Угл-37.14
	Итого за Завтрак1		кКал-344.73, Белки-9.18, Жиры-6.19, Угл-60.42
	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		
50	Салат из белокочанной капусты с морковью	2,1	кКал-51.69, Белки-1.14, Жиры-2.56, Угл-5.83
150	Картофельное пюре*	138,63	кКал-218, Белки-3.85, Жиры-5.39, Угл-38
180	Суп-лапша	66,92	кКал-102.98, Белки-2.43, Жиры-3.91, Угл-14.46
200	Чай с сахаром	282,01	кКал-39.01, Угл-7.98
70	Рыба запеченная с овощами	591,43	кКал-94.69, Белки-7.48, Жиры-5.76, Угл-3.13
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-650.37, Белки-19.7, Жиры-18.22, Угл-99.7
	Полдник у.		
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
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-414.65, Белки-14.39, Жиры-14.69, Угл-54.39
	Итого за день		кКал-1 535.75, Белки-48.07, Жиры-42.5, Угл-233.81



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

13.11.2026

Детсад3-7 ДИЕТ-192, 2пт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
90	Омлет натуральный	218,53	кКал-143.31, Белки-10.1, Жиры-10.6, Угл-1.83
102	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	181,39	кКал-133.78, Белки-2.99, Жиры-3.22, Угл-22.51
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-388.1, Белки-15.49, Жиры-14.12, Угл-47.62
	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		
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
200	Суп картофельный с горохом	129,59	кКал-166.13, Белки-4.4, Жиры-4.3, Угл-27.59
70	Биточки мясные с томатным соусом п/ф	445,49	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
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-617.7, Белки-17.78, Жиры-16.59, Угл-101.73
	Полдник у.		
180	Напиток яблочный	294,45	кКал-51.21, Белки-0.09, Жиры-0.09, Угл-12.51
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
150	Каша пшенная молочная вязкая с маслом	470,98	кКал-202.85, Белки-6.18, Жиры-6.32, Угл-30.14
50	Булочка "Веснушка"	273,79	кКал-162.02, Белки-4.23, Жиры-2.78, Угл-30.06
	Итого за Полдник у.		кКал-481.08, Белки-12.5, Жиры-9.44, Угл-86.46
	Итого за день		кКал-1 578.88, Белки-46.77, Жиры-40.35, Угл-256.01