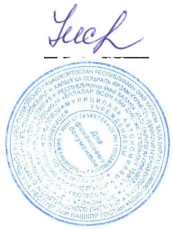
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

02.11.2026

ДС 198 (Безмолоч 3-7 ДИЕТ)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
134	***Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)***	430,28	кКал-131.84, Белки-2.06, Жиры-4.31, Угл-21.09
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-242.85, Белки-4.46, Жиры-4.61, Угл-44.37
	Завтрак2		
180	***Напиток яблочный***	294,45	кКал-51.21, Белки-0.09, Жиры-0.09, Угл-12.51
	Итого за Завтрак2		кКал-51.21, Белки-0.09, Жиры-0.09, Угл-12.51
	Обед		
200	***Щи из свежей капусты (без сметаны)***	53,17	кКал-66.86, Белки-1.51, Жиры-3.4, Угл-7.39
70	***Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ) без муки***	233,94	кКал-160.15, Белки-9.16, Жиры-13.09, Угл-1.51
134	***Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)***	175,17	кКал-136.06, Белки-4.1, Жиры-5.07, Угл-18.56
200	***Кисель плодово-ягодный***	305,1	кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77
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-517.82, Белки-18.87, Жиры-22.14, Угл-61.48
	Полдник у.		
60	***Мясо птицы, припущенное с овощами (филе индейки)***	100,01	кКал-145.56, Белки-8.2, Жиры-12.06, Угл-1.02
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
115	***Яблоко***	38,6	кКал-86.02, Белки-0.46, Жиры-0.46, Угл-20.06
	Итого за Полдник у.		кКал-528.8, Белки-16.12, Жиры-17.54, Угл-74.89
	Итого за день		кКал-1 340.68, Белки-39.54, Жиры-44.38, Угл-193.25



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

02.11.2026

ДС 198 (Строг 3-7 ДИЕТ)

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1		
134	***Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)***	430,28	кКал-131.84, Белки-2.06, Жиры-4.31, Угл-21.09
20	***Хлеб из безбелковой смеси***	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
200	***Чай (б/сах)***	282,08	
	Итого за Завтрак1		кКал-180.92, Белки-2.11, Жиры-5.28, Угл-31.13
	Завтрак2		
200	***Напиток яблочный (без сахара)***	294,46	кКал-17, Белки-0.1, Жиры-0.1, Угл-3.93
	Итого за Завтрак2		кКал-17, Белки-0.1, Жиры-0.1, Угл-3.93
	Обед		
200	***Щи из свежей капусты (без сметаны)***	53,17	кКал-66.86, Белки-1.51, Жиры-3.4, Угл-7.39
134	***Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)***	175,17	кКал-136.06, Белки-4.1, Жиры-5.07, Угл-18.56
70	***Гуляш из мяса птицы (филе индейки) без муки и томат-пасты***	233,93	кКал-164.45, Белки-8.16, Жиры-14.26, Угл-0.85
20	***Хлеб из безбелковой смеси***	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
200	***Чай (б/сах)***	282,08	
	Итого за Обед		кКал-416.45, Белки-13.82, Жиры-23.7, Угл-36.84
	Полдник у.		
60	***Мясо птицы, припущенное с овощами (филе индейки)***	100,01	кКал-145.56, Белки-8.2, Жиры-12.06, Угл-1.02
115	***Яблоко***	38,6	кКал-86.02, Белки-0.46, Жиры-0.46, Угл-20.06
134	***Макаронные изделия (безглютеновые) отварные с растительным маслом***	211,81	кКал-199.31, Белки-2.96, Жиры-4.82, Угл-35.81
20	***Хлеб из безбелковой смеси***	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
200	***Чай (б/сах)***	282,08	
	Итого за Полдник у.		кКал-479.97, Белки-11.67, Жиры-18.31, Угл-66.93
	Итого за день		кКал-1 094.34, Белки-27.7, Жиры-47.39, Угл-138.83



_____ _____

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

02.11.2026

ДС 198 (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
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

02.11.2026

ДС 198 (Детсад1,5-3 ДИЕТ-192)

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
5	***Масло сливочное***	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
134	***Каша рисовая молочная вязкая с маслом***	430,64	кКал-172.81, Белки-3.87, Жиры-5.19, Угл-27.4
8	***Сыр (порциями)***	27,09	кКал-28, Белки-2.1, Жиры-2.13
180	***Чай с сахаром***	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
	Итого за Завтрак1		кКал-331, Белки-8.41, Жиры-11.25, Угл-49.06
	Завтрак2		
200	***Напиток из плодов шиповника***	293,11	кКал-68.3, Белки-0.34, Жиры-0.14, Угл-14.81
	Итого за Завтрак2		кКал-68.3, Белки-0.34, Жиры-0.14, Угл-14.81
	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
180	***Щи из свежей капусты со сметаной***	53,73	кКал-58.5, Белки-1.32, Жиры-2.98, Угл-6.47
60	***Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)***	233,97	кКал-156.43, Белки-9.26, Жиры-12.31, Угл-2.27
120	***Каша гречневая вязкая с маслом***	175,52	кКал-110.07, Белки-3.72, Жиры-3.14, Угл-16.77
180	***Кисель плодово-ягодный***	305,01	кКал-30.41, Белки-0.09, Жиры-0.07, Угл-7.68
	Итого за Обед		кКал-475.41, Белки-18.39, Жиры-19, Угл-58.44
	Полдник у.		
130	***Макаронные изделия с тертым сыром***	211,6	кКал-202.75, Белки-7.06, Жиры-6.45, Угл-28.97
180	***Чай с сахаром***	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	***Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания***	1,9	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
1	***Пюре детское фруктовое***	667,48	кКал-55, Угл-13.75
	Итого за Полдник у.		кКал-334.89, Белки-8.66, Жиры-6.65, Угл-60.01
	Итого за день		кКал-1 209.6, Белки-35.8, Жиры-37.04, Угл-182.32

