

"УТВЕРЖДЕНО"
Директор МБУ ДО ДЮС

МЕНЮ
19 июня 2017

День/неделя		Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№	реп.			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак																
177М/сж		Омлет натуральный	150	18,44	27,88	10,63	367,21	0,2	10,2	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,6	45,00
382М/сж		Масло порциями	15	0,08	7,25	0,13	66,09	0		40	0,1	2,4	3		0,02	20,40
15М		Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0	2,5		0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	7,00
		Батон	40	1,98	0,36	10,26	49,62	0,06		1,8	0,66	10,5	47,4	14,1	1,17	5,00
Итого за завтрак																
				20,55	35,50	30,19	520,88	0,26	12,70	345,35	4,26	135,88	366,71	52,85	5,67	77,40
Обед																
73М/сж		Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,77	0,07	10,16	45,72	0,04	3,7		0,23	17,9	33,32	21,04	0,5	16,20
81М/сж		Щи из свежей капусты с мясом	250	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28		1,47	37,1	31,75	15,1	0,57	30,00
		Тефтели гов.	80	11,98	12,58	9,2	197,91	0,05	2,2		1,64	14,59	139,08	21,16	1,88	47,40
171 М/сж		Пюре картофельное	150	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,3	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	19,00
30ЭМ/сж		Кисель	200	0,19	0,04	22,3	87,74	0,01	36		0,13	9,68	5,94	5,58	0,28	8,00
350М/сж		Хлеб	50	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8	3,00
Итого за обед																
				20,95	20,2	88,98	622,03	0,37	95,84	18,3	4,16	133,61	342,36	109,19	5,25	123,60
Полдник																
382М/сж		Яблоко	180	0,08	7,25	0,13	66,09	0		40	0,1	2,4	3		0,02	39,00
Итого за полдник																
				0,08	7,25	0,13	66,09	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0,02	39
Всего за день																
				41,58	62,95	119,30	1 209,00	0,63	108,54	403,65	8,52	271,89	712,07	162,04	10,94	220,00
Количество детей на завтрак																
Количество детей в обед																
Всего детей																
Шеф повар																
ФИО/																