

"СОГЛАСОВАНО"
ООО "СВЮС" Директор

"УТВЕРЖДЕНО"

Директор МБУ ДО ДЮС

МЕНЮ

06 июня 2025г

День/неделя № реч.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак																
71М	Каша геркулесовая молочная с маслом	200/10	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,5	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	29,00	
260М/ссж	Сыр порционный	25	3,07	3,45	0,37	45	0,01	0,12	34,5	0,08	150	96	6,75	0,15	34,00	
382М/ссж	Какао с молоком	200	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,2	29,6	1	18,00	
377М/ссж	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			16,62	14,85	69,75	479,15	0,31	1,23	78,92	0,99	412,35	451,74	103,86	3,93	86,00	
Обед																
21К/ссж	Салат из моркови с маслом	60	0,65	4,14	5,62	63,11	0,02	24,81	0,33	1,83	6,5	12,84	7,62	0,47	15,00	
97М/ссж	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	2,02	1,38	15,88	84,37	0,12	19,2		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	25,00	
294М/ссж	Котлеты из птицы с маслом	90	14,11	19,5	13,89	288,13	0,1	1,26	72,1	2,4	16,97	128,06	21,48	1,64	40,50	
302М/ссж	Рис отварной	150	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04		14	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	14,00	
342М/ссж	Компот из чернослива	200	0,43	0,07	22,22	91,95	0,01	5,4		0,11	13,32	10,8	9,36	0,23	8,00	
	Хлеб	50													3,00	
Итого за обед			21,02	28,17	97,62	730,51	0,29	50,67	86,43	5,17	59,82	295,87	90,57	3,85	105,50	
Полдник																
382М/ссж	Мини-рулет	35	3,04	1,12	20,56	104,48	0,06	0,8			68	54,93	4,8	0,48	21,50	
	Сок яблочный с трубочкой	200	0,9	0,18	18,18	82,8	0,02	36		0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	27,00	
ИТОГО за полдник			3,94	1,3	38,74	187,28	0,08	36,8	0	0,18	80,6	67,53	12	3	48,5	
Всего за день			41,58	44,32	206,11	1 396,94	0,68	88,70	165,35	6,34	552,77	815,14	206,43	10,78	240,00	

Ответственный за питание

Шеф повар