Утверждаю:

Директор МАОУДО

«ДДЮТ» г. Чебоксары

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. В. Воробьева.

07.06.2023г.

**Меню для воспитанников летнего учреждения «Лето цвета счастья» на 07 июня 2023г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Название блюда | Цена | Масса порции, г | Пищевые вещества, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамины(мг) | Минеральные вещества(мг) |
| белки | жиры | углеводы | А | В | С | Е | Са | Mg | Р | Fe |
| **Завтрак** | Пудинг творожный со повидлом | 45-00 | 100/20 | 6 | 5 | 30 | 200 |  | 2 |  |  | 180 | 164 | 31 | 1 |
| Хлеб пшеничный | 2-00 | 20 | 1,52 | 0,17 | 9,72 | 48 |  | 0,02 |  | 0,22 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 |
| Сыр порциями | 20,00 | 20 | 4,6 | 7,8 |  | 72 | 0,8 |  | 0,32 | 0,1 | 200 | 10 | 108 | 0,22 |
| Чай с сахаром | 6-00 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |  |  | 0,1 |  | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| **Обед** | Борщ с капустой с картофелем с говядиной со сметаной | 47-00 | 250/12,5/5 | 1,84 | 5,83 | 9,14 | 250 | 0,09 | 0,03 | 8,81 | 0,17 | 36,95 | 19,46 | 43,72 | 0,95 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 21-00 | 150 | 8,76 | 6,62 | 43,08 | 271 | 0,05 | 0,08 |  | 0,55 | 14,49 | 138,62 | 207,51 | 4,65 |
| Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе | 55-00 | 80(50/30) | 8,83 | 8,63 | 7,54 | 140 | 0,04 | 0,05 | 0,27 | 0,28 | 35,92 | 5,39 | 36,41 | 0,13 |
| Огурцы свежие | 9-00 | 30 | 0,38 | 0,02 | 2,12 | 10 | 10,6 | 0,10 | 0,02 | 0,18 | 6,5 | 0,9 | 12,5 | 0,35 |
| Компот из кураги | 23-00 | 200 | 1,04 |  | 30,96 | 123 | 0,7 | 0,02 | 0,8 | 1,1 | 32,4 | 21 | 29,2 | 0,7 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 2-00 | 20 | 0,94 | 0,2 | 0,2 | 42 |  | 0,01 |  | 0,26 | 4,8 | 3,8 | 17,4 | 0,75 |
| **Итого**: |  230-00 |  | 34,11 | 34,32 | 147,77 | 1213,00 | 12,28 | 2,31 | 10,30 | 2,86 | 520,31 | 370,37 | 506,97 | 9,84 |

 Зав. производством столовой А. Н. Кудрина

 Экономист Е. И. Петрова