Утверждаю:

Директор МАОУДО

«ДДЮТ» г. Чебоксары

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

08.06.2023г.

**Меню для воспитанников летнего учреждения «Лето цвета счастья» на 08 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** | Каша молочная гречневая с маслом | 36-00 | 200/5 | 9,01 | 10,21 | 41,60 | 296 | 0,08 | 0,26 | 1,18 | 0,59 | 181,66 | 65,12 | 140,30 | 1,86 |
| Хлеб пшеничный | 2-00 | 20 | 1,52 | 0,17 | 9,72 | 48 |  | 0,02 |  | 0,22 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 |
| Масло сливочное порциями | 19-00 | 20 | 0,2 | 18,13 | 0,33 | 143 | 0,12 | 0,18 |  |  | 0,6 | 0,1 | 0,95 | 0,28 |
| Чай с сахаром | 6-00 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |  |  | 0,1 |  | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с говядиной с картофелем со сметаной | 49-00 | 250/12,5/5 | 1,83 | 5,94 | 7,78 | 239,75 | 0,08 | 0,04 | 14,64 | 0,14 | 38,49 | 17,29 | 41,11 | 0,78 |
| Котлеты рыбные с соусом | 42-00 | 80(50/30) | 9,04 | 8,22 | 10,71 | 155 |  | 0,05 | 1,01 | 2,91 | 31,55 | 17,43 | 77,05 | 0,69 |
| Рис отварной | 20-00 | 150 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 0,07 | 0,04 |  | 0,44 | 5,13 | 27,03 | 82,28 | 0,55 |
| Чай с лимоном | 8-00 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |  |  | 2,9 |  | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,91 |
| Помидоры порциями | 16-00 | 50 | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 0,03 | 12,6 | 0,15 | 0,19 | 7,5 | 13,5 | 10,5 | 0,45 |
| 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 |
| Сок «Сады Придонья» | 30-00 | 200 |  |  | 11,5 | 46 |  |  |  |  | 43 | 122 | 22 | 1,8 |
| **Итого**: | | 230-00 |  | 27,29 | 49,21 | 153,8 | 1325,75 | 0,46 | 13,2 | 19,98 | 4,75 | 330,03 | 283,25 | 418,07 | 11,74 |

Зав. производством столовой А. Н. Кудрина

Экономист Е. И. Петрова