Утверждаю:

Директор МАОУДО

«ДДЮТ» г. Чебоксары

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

14.06.2023г.

**Меню для воспитанников летнего учреждения «Лето цвета счастья» на 14 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 |
| 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** | Суп картофельный с макар. изделиями, с говядиной | 44-00 | 250/12,5 | 4,75 | 6,88 | 20,85 | 245 | 0,20 | 0,12 | 13,2 | 0,23 | 35 | 19,61 | 52,91 | 1,25 |
| Жаркое с говядиной  | 82-00 | 200 | 5,61 | 6,4 | 30,65 | 350 | 0,05 | 0,11 |  | 0,65 | 0,63 | 0,02 | 95,94 | 1,61 |
| Салат из белокочанной капусты | 22-00 | 100 | 1,55 | 5,08 | 9,42 | 88 | 0,017 | 0,017 | 15,9 | 2,3 | 43,11 | 16,43 | 29,98 | 0,55 |
| 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 |
| Чай с лимоном | 8-00 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |  |  | 2,9 |  | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,91 |
| **Итого**: |  230-00 |  | 21,03 | 41,97 | 131,4 | 1232 | 0,387 | 2,46 | 32,1 | 3,66 | 281,44 | 220,94 | 254,66 | 8,26 |

 Зав. производством столовой А. Н. Кудрина

 Экономист Е. И. Петрова