

Согласовано:

Директор

МОУ ДО "Центр детского и юношеского творчества

М.А. Иванова

(подпись)



Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А

(подпись)



И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 2/0 руб.**

« 03 » июня 2025

День 7:

вторник

Неделя:

вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	88,50	7,6	9,6	12,3	170,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	26,12	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	341	ЯБЛОКО	120	18,35	0,6	0,6	14,8	68,7
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>135,5</b>	<b>18,9</b>	<b>19,9</b>	<b>61,3</b>	<b>513,9</b>
<b>Обед</b>								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	26,16	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/20/10	31,13	8,5	10,7	41,2	303,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	66,72	17,4	13,4	53,4	414,9
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>134,53</b>	<b>29,50</b>	<b>30,60</b>	<b>125,00</b>	<b>918,03</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>270,00</b>	<b>48,40</b>	<b>50,50</b>	<b>186,30</b>	<b>1 431,92</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше								
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	88,50	7,6	9,6	12,3	170,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	26,12	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	341	ЯБЛОКО	120	18,35	0,6	0,6	14,8	68,7
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>135,5</b>	<b>18,9</b>	<b>19,9</b>	<b>61,3</b>	<b>513,9</b>
<b>Обед</b>								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	26,16	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/20/10	31,13	8,5	10,7	41,2	303,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	66,72	17,4	13,4	53,4	414,9
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>825</b>	<b>134,53</b>	<b>29,50</b>	<b>30,60</b>	<b>125,00</b>	<b>918,03</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>270,00</b>	<b>48,40</b>	<b>50,50</b>	<b>186,30</b>	<b>1 431,92</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	