

Согласовано:
Директор Школы №



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 26.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	40	1,2	0	2,3	15	ТТК№40
	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,1	9,1	44,8	272	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		766	57,3	31,6	121	974	
Вторник 27.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,13	6	34,1	206	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
	Конфета "Обыкновенное чудо"	55	2,6	12,4	25	221	ТН
Итого за завтрак		740	4,94	12,6	81,7	860	
Среда 28.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	20	0,6	0	1,13	7,3	ТТК№40
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	150	3,2	5,6	35,7	197	465/1994
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	18,06	73	ТТК№49
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Итого за завтрак		685	27,4	17,4	76,66	655
Четверг 29.12.2022							
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	4,9	5,8	33,5	202	469/1994
	Сыр	10	2,5	3,1	0	38	30/2005
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
	Итого за завтрак		635	45	17,8	98,9	724
Пятница 30.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	30	0,9	0	1,7	11	ТТК№40
	Биточек по-белорусски	70	4,3	9	1,6	164	467/2004
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,2	5,6	35,7	197	465/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Итого за завтрак		530	13	15,9	104,7	619