

Ирина Ил
Архинова

Сереев

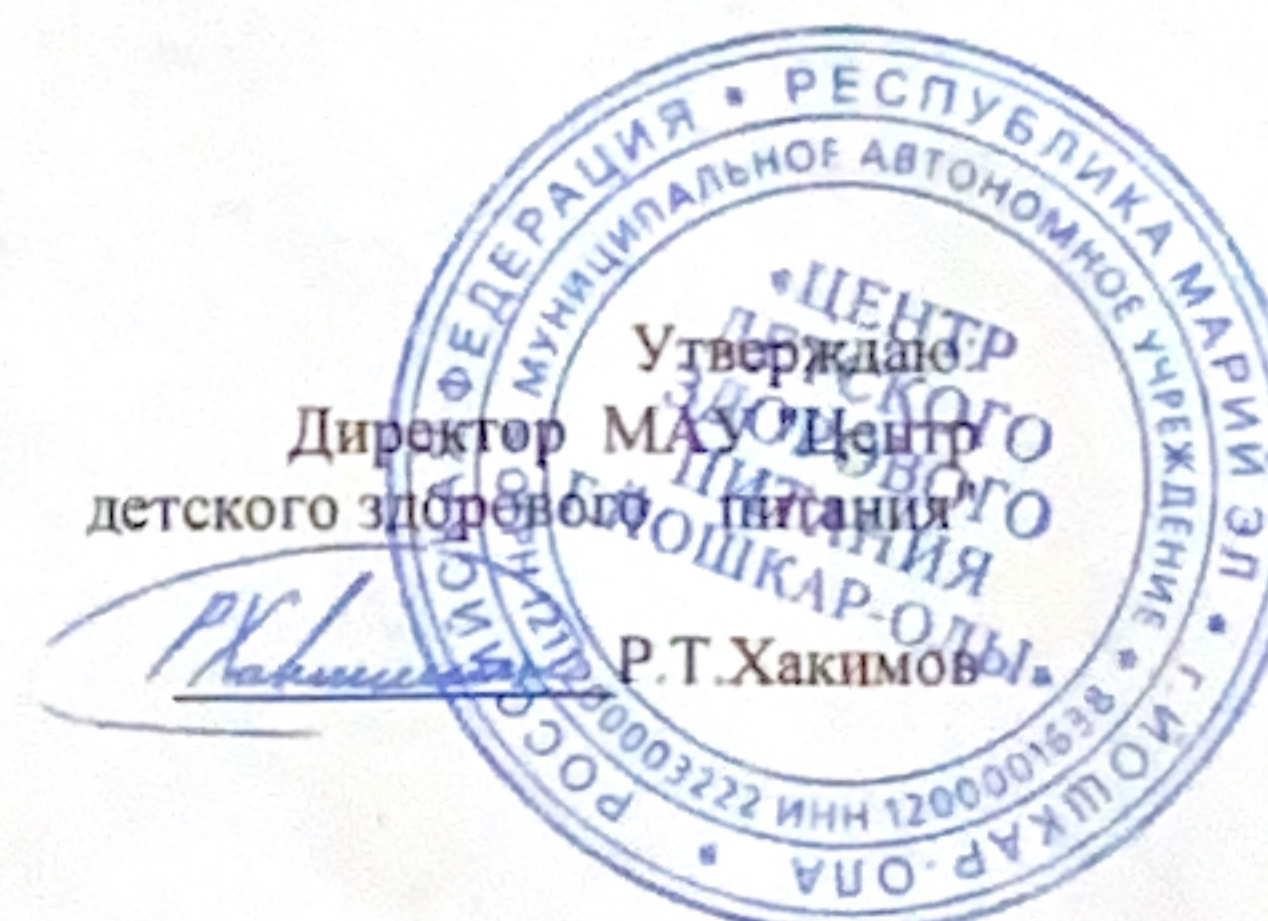
Согласовано:
Директор Школы №

22.05.23



Утверждаю
Директор МАОУ Центра
детского здорового питания

Р.Т.Хакимов



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 22.05.2023						
Завтрак	Котлета куриная запеченная	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной с маслом растительным	170	3,9	5,6	41,3	262	ТТК № 508
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		503	15,95	15,5	97,54	594	
	Вторник 23.05.2023						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	14,58	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Гарнир из гречки вязкий с маслом растительным на воде	180	5,5	6,48	24,84	179	ТТК № 540
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого за завтрак		650	23,48	12,08	74,64	580	
	Среда 24.05.2023						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	70	11,3	14,2	3,2	184	454/2004
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	170	6,6	0,6	34,8	271	ТТК № 6,4
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		503	21,1	16,1	72,2	604	
	Четверг 25.05.2023						
Завтрак	Сарделька паровая	50	5,4	13,4	6	169	ТТК № 11
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша из овсяных хлопьев Геркулес на воде с маслом растительным	170	4,9	8,2	24,6	192	ТТК № 501
	АК Компот Южный	200	0,3		28	120	ТТК № 1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		503	14,15	23,5	79,34	585	
	Пятница 26.05.2023						
Завтрак	Котлета куриная запеченная	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной с маслом растительным	170	3,9	5,6	41,3	262	ТТК № 508
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25		25,1	99	ТТК № 28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		503	16	15,5	107,64	635	

Завтрак

Норма 470-588

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лапшиной, 2004г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников