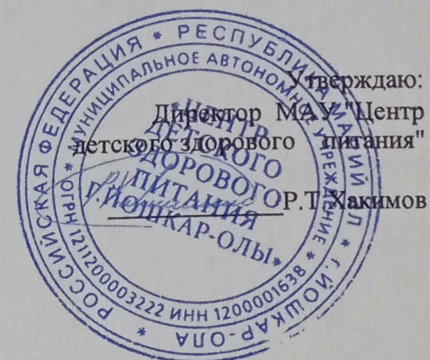
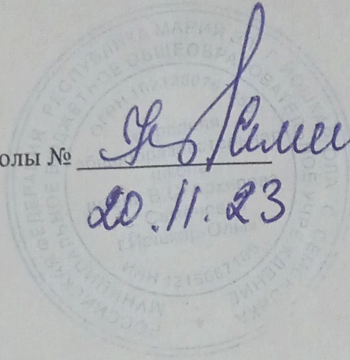


Согласовано:
 Директор Школы №

Г.В. Шенюков
 20.11.23



тверждаю:
 Директор МАУ "Центр
 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 20.11.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Гарнир из гречки вязкий с маслом растительным на воде	180	5,5	6,48	24,84	179	ТТК № 540
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	23,38	19,58	68,44	514	
Вторник 21.11.2023							
Завтрак	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Гарнир рисовый рассыпчатый с маслом растительным	160	3,8	5,9	41	232	ТТК № 536
	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
Итого за завтрак		505	19,6	20,7	85,8	598	
Среда 22.11.2023							
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Гарнир из гречки вязкий с маслом растительным на воде	150	4,6	6,2	20,8	157	ТТК № 536
	АК Компот Южный	200	0,3		28	120	ТТК №1
	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		623	17,25	19	89,14	596	
Четверг 23.11.2023							
Завтрак	Подкоголи с картофелем	200	7	1,6	55,7	253	ТТК № 99.2
	Сыр порционный	10	2,32	3		36	15/2011
	АК Напиток из черной смородины	200	0,27		25,8	101	ТТК № 28
	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		583	12,69	5,7	115,7	545	
Пятница 24.11.2023							
Завтрак	Тефтели из минтая тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102.0
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре на воде с маслом растительным	180	3,1	6,6	25,1	173	ТТК № 509
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25		25,1	99	ТТК № 28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		546	20,15	9,8	100,5	549	

Завтрак

Норма 470-588