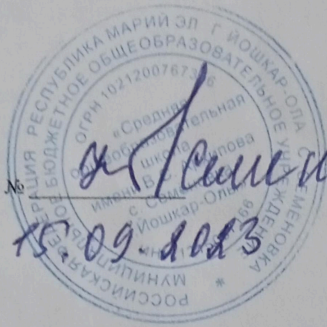
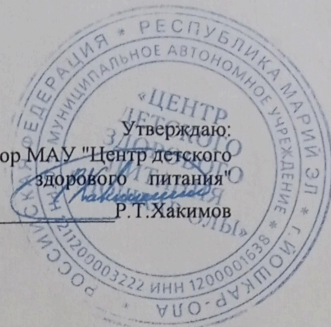


Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:
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 18.09.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	10,5	17	0,2	197	ТТК № 100.1
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		513	18,6	23,88	56,94	506	
Вторник 19.09.2023							
Завтрак	Птица отварная (голень)	90	16,2	12	0,3	174	ТТК №100.2
	Рис отварной с маслом растительным	150	3,9	5,6	41,3	231	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
	Фрукты: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого за завтрак		613	23,4	18,7	90,8	618	
Среда 20.09.2023							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	170	6	7,6	40	264	ТТК №515
	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
	Фрукты: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого за завтрак		583	14,45	13,3	99,6	581	
Четверг 21.09.2023							
Завтрак	Каша пшеничная на воде с маслом растительным	200	4,8	7,2	28,4	198	ТТК № 504
	Сыр	10	7,5	9,5		116	15/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого за завтрак		583	15,8	17,8	81,4	550	
Пятница 22.09.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	10,5	17	0,2	197	ТТК № 100.1
	Картофельное пюре на воде с маслом растительным	150	2,6	5,5	20,9	144	ТТК № 509
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		523	18,2	23,3	70,1	545	