



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Завтрак от 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 21.11.2022						
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	55,8	339	463/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	25,4	21,2	135,9	782	
	Вторник 22.11.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия отварные	190	6,38	8,01	46,3	276	469/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
	Итого за завтрак		553	27,7	13,9	95,9	684
	Среда 23.11.2022						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	100	2,6	7,3	13,6	136	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Итого за завтрак		550	30,4	22,6	94,4	665
	Четверг 24.11.2022						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,3	8,5	48,8	295	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	20,7	20,6	108,7	701	
	Пятница 25.11.2022						
Завтрак	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
	Картофельное пюре	180	4,3	9,02	29,9	223	472/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	19	18	117,1	648	