



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛЫ»**  
(МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»)

Согласовано:

Директор Школы № \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»

А.М.Волков



**Завтрак 7-12 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 04.04.2022 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: Салат из квашеной капусты	20	0,16	1,06	1,42	16,4	ТТК№69
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	6,6	37,8	220	469/1994
	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
Итого за завтрак		<b>503</b>	<b>43,66</b>	<b>16,76</b>	<b>81,52</b>	<b>591,4</b>	
<b>Вторник 05.04.2022 г.</b>							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью/сгущ.молоко	150/20	13,02	14,2	23,73	242	
	Фруктовая ряженка «Банан-Карамель»	230	2,8	2	12,3	78,4	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		<b>607</b>	<b>16,12</b>	<b>16,2</b>	<b>51,23</b>	<b>380,4</b>	
<b>Среда 06.04.2022 г.</b>							
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	150	5,69	6,57	37,7	180	464/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	100	0,23		12,42	46,8	338/2005
Итого за завтрак		<b>515</b>	<b>14,92</b>	<b>13,17</b>	<b>80,32</b>	<b>432,8</b>	
<b>Четверг 07.04.2022 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: Капуста тушеная	30	0,75	1,38	1,38	28,2	214/2004
	Котлета Рыбная Неженка (треска)	50	11,2	7	8,7	160	ТТК № 23
	Каша гречневая вязкая	170	5,1	7,65	25,33	192	464/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2		37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		<b>500</b>	<b>21,05</b>	<b>16,43</b>	<b>98,81</b>	<b>608,2</b>	
<b>Пятница 08.04.2022 г.</b>							
Завтрак	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	127	472/1997
	Рис отварной	200	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		<b>500</b>	<b>16,94</b>	<b>19,49</b>	<b>90,27</b>	<b>600</b>	