



**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		
Среда 04.05.2022 г.							
Завтрак	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
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,4	20	528/3/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	43,6	16,4	78,5	584	
Четверг 05.05.2022 г.							
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	190	5,6	8,4	42,7	215	302/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		502	17,33	20,7	84,05	536	
Пятница 06.05.2022 г.							
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	170	6,42	7,42	42,6	203	464/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	19,43	17,01	94,2	541	
Среда 11.05.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка : горошек консервированный	30	0,96		1,8	12	ТТК №40
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Каша гречневая вязкая	170	5,04	7,49	37,94	286	464/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4		27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	18,5	15,89	113	697	
Четверг 12.05.2022 г.							
Завтрак	Каша молочная из хлопьев овсяных Геркулес	150	6,59	4,64	30,17	119	Т4/2004
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	АК Напиток из кураги	200	1,1		31,5	125	704/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		585	18,12	18,54	84,02	501	
Пятница 13.05.2022 г.							
Завтрак	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	127	472/1997
	Рис отварной	160	2,96	5,04	31,36	181	465/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	14,98	15,12	75,68	498	