

Согласовано:
 Директор Школы № _____

Директор МАУ "Центр детского здорового питания" _____



Завтрак 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 10.01.2022 г.							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	60	0,48	3	4	47	45/2004
	Плов по-домашнему с куриным филе	50/190	28,7	17,9	48	447	ТТК №2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	33,18	21,3	92,8	674	
Вторник 11.01.2022 г.							
Завтрак	Яйцо куриное отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	250	11	7,8	50,5	303,8	302/2004
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Конфета обыкновенное чудо	40	2,4	11,2	22,4	208	
Итого за завтрак		550	21,8	25,4	106,5	738,8	
Среда 12.01.2022 г.							
Завтрак	Крокеты Детские 2/50	80	13,8	12,8	4,6	174,7	ТТК №52
	Каша пшеничная вязкая	240	6,7	10,8	38,4	281	463-464/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Компот Южный	200	0,3		28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		550	22,73	27,9	83,95	673,7	
Четверг 13.01.2022 г.							
Завтрак	Бутерброд с сыром	25/5/20	7,1	10,5	10,5	165	3/2004
	Каша рисовая молочная с сахаром	250	7,5	4,5	32,3	286	Таб.4/2004
	АК Компот из изюма	200	0,4		27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	18,8	15,4	95,9	680	
Пятница 14.01.2022 г.							
Завтрак	П/ф Солнечногорские 1/60	50	10,1	5,2	4,7	126,5	ТТК №51
	Макаронные изделия отварные	250	9,4	11	62,6	391	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	23,7	16,6	111,9	720,5	