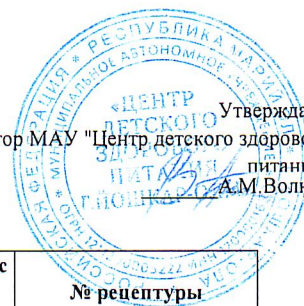


Согласовано:  
 Директор Школы № \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Директор МАУ "Центр детского здорового питания"  
 А.М.Волков



**Завтрак 1-4 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 13.12.2021 г.</b>							
<b>Завтрак</b>	Салат из квашеной капусты	50	0,4	2,5	3,4	39	45/2004
	Плов по-домашнему с куриным филе	50/150	23,9	14,9	40	372,4	ТТК №2/1
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>28,8</b>	<b>18</b>	<b>88,2</b>	<b>602,4</b>	
<b>Вторник 14.12.2021 г.</b>							
<b>Завтрак</b>	Яйцо куриное отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	200	7	8,6	44,4	230	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Бутерброд с сыром	20/5/25	5,1	7,5	7,5	118	3/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>20,53</b>	<b>26,6</b>	<b>85,55</b>	<b>612</b>	
<b>Среда 15.12.2021 г.</b>							
<b>Завтрак</b>	Гарнировка : помидор свежий	50	0,5	0	2	10	71/2005
	Сарделька по-таирски	70	13,5	8,8	5,9	115	ТТК №9
	Каша пшеничная вязкая	160	4,5	7,2	25,6	187	463-464/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>20,7</b>	<b>16,2</b>	<b>74,4</b>	<b>493</b>	
<b>Четверг 16.12.2021 г.</b>							
<b>Завтрак</b>	Гарнировка: икра свекольная	40	1	2,9	3	55	78/2004
	Рыба по-школьному (филе горбуши)	70	15,9	4,6	2,9	119	ТТК № 39
	Пюре картофельное	160	3,4	6,3	23,3	174	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22,63</b>	<b>18,1</b>	<b>69,45</b>	<b>553</b>	
<b>Пятница 17.12.2021 г.</b>							
<b>Завтрак</b>	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	221	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>38</b>	<b>13,8</b>	<b>89,2</b>	<b>633</b>	