

Согласовано:
 Директор Школы № _____

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



Завтрак 5-11 класс ОБЗ и М/Д

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 14.02.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	30	0,6	0	3,2	18	ТТК №41
	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	220	ТТК №20
	Макаронные изделия	200	7,6	8,8	50,3	299	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	45,5	17,7	91,8	679	
Вторник 15.02.2022 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с повидлом	25/5/20	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Каша пшенная на молоке с сахаром	250	7,5	11,3	56,5	286	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		552	14,63	24,3	95,55	580	
Среда 16.02.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	30	0,8	2,2	4,1	41	78/2004
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	230	8,72	10,08	57,8	290	464/1994
	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	19,62	16,88	100,9	557	
Четверг 17.02.2022 г.							
Завтрак	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/1997
	Каша рисовая молочная	250	7,5	4,5	32,3	230	ТТК № 65
	Масло сливочное	10	0,06	8,2	0,1	74	14/2005
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	14,16	21,8	102,4	680	
Пятница 18.02.2022 г.							
Завтрак	Сарделька по-таирски	80	14,7	9,57	6,42	125	ТТК №9
	Рис отварной	220	4,07	6,93	43,12	249	465/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	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		555	23,4	21	105,39	652	