

Согласовано:
 Директор Школы № _____

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

№ рецептуры

Завтрак 1-4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 15.11.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	30	0,6	0	3,2	18	ТТК №41
	Котлета рубленая из цыплят	80	15,6	9,2	7,6	92	499/2004
	Макаронные изделия	150	5,7	6,6	37,8	235	469/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		500	26,5	16,2	104,4	586	
Вторник 16.11.2021 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	200	6	9	45,2	228,8	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
	Конфета обыкновенное чудо	40	2,4	11,2	22,4	208	ТН
Итого за завтрак		542	15,53	33,2	106,65	730,8	
Среда 17.11.2021 г.							
Завтрак	Биточки школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	22,4	171	464/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК №37
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		658	22,7	22,3	91,4	667	
Четверг 18.11.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : огурец свежий	50	0,2	0	1,2	5	T-24/2004
	Котлета рыбная (филе трески)	90	12,2	7,3	11,6	156	302/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	21,84	163	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	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		525	19,83	18,6	87,79	590	
Пятница 19.11.2021 г.							
Завтрак	Тфтели с соусом сметанным и томатом	60/30	11	15,56	16,16	245	423/1994; 601/2004
	Рис отварной	150	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
	Сок в ассор.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		690	28,2	33,06	114,86	856	