



**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 12 лет и старше *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.04.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка: огурцы свежие	20	0,2		0,6	3,5	576/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	223	ТТК №20
	Макаронные изделия	170	6,37	7,25	41,7	243	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	46,77	16,75	101,5	694,5	
Вторник 19.04.2022 г.							
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	14,58	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Гречневая каша вязкая	210	6,3	9,52	31,22	239	463/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8		30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	25,48	14,42	87,42	666	
Среда 20.04.2022 г.							
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	150	5,68	6,6	37,6	180	464/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Фрукт: яблоко свежее	100	0,23		12,42	46,8	338/2005
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		515	14,91	13,2	80,22	432,8	
Четверг 21.04.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка: огурцы свежие	30	0,3		0,9	5,2	576/2004
	Биточки рыбные (филе минтая)	60	12,12	6,48	9,96	142,8	324/2/1994
	Пюре картофельное	230	4,84	10,29	33,17	248,5	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2		37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	19,86	17,17	98,53	575	
Пятница 22.04.2022 г.							
Завтрак	Котлеты рубленые из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120	499/2004
	Рис отварной	210	3,86	6,58	40,94	236	465/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	19,97	15,57	91,94	591	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет **65** рублей.