

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № _____

 УТВЕРЖДАЮ
 МАУ «Центр детского здорового питания»
 А.М. Волков

Завтрак 1-4 класс



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Понедельник 18.10.2021 г.						
Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	T-24/1994
Плов по-домашнему	50/150	25,2	23,85	44,7	474	ТТК №2
АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122	ТН
	510	30	24,25	91,5	689	
Вторник 19.10.2021 г.						
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» с сахаром	200	8,8	6,2	40,4	243	302/2004
Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
Какао с молоком	200	4,9	5,9	32,5	190	693/2004
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,9	0,2	8,1	40	ТН
	530	16,5	16,69	93,9	571	
Среда 20.10.2021 г.						
Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	T-24/1994
Котлета рубленая из филе цыпленка	65	12,7	7,5	6,2	156	499/2004
Картофель отварной с растительным маслом	150/5	2,8	6,6	22,2	159	125/2005
АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Сок фруктовый в ассортименте	200	1	9,1	17,7	157	ТН
	705	19,4	23,4	88,5	652	
Четверг 21.10.2021 г.						
Гарнировка: огурец свежий	60	0,2	0	1,4	10	T-24/1994
Тефтели с соусом сметанным с томатом	70/30	11,8	14,9	16,4	238	423/1994, 601/2004
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,6	10,4	56,8	372	463/1994
Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	585	26,9	27,1	107,9	784	
Пятница 22.10.2021 г.						
Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	T-24/1994
Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,2	158	ТТК№20
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	265	469/1994
АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Сок фруктовый в ассортименте	200	1	9,1	17,7	157	ТН
	765	32	22,3	107,3	773	