

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 20.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка :горошек зеленый консервированный	30	0,96	0	0,18	12	ТТК №40
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	102	487/2004
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,6	6,9	22,9	200	463/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Конфеты в ассортименте	120	3	17,04	76,5	450	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>622</b>	<b>26,96</b>	<b>29,24</b>	<b>128,28</b>	<b>885</b>	
<b>Вторник 21.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша из хлопьев Геркулес молочная с сахаром	150	6,6	3,1	30,3	182	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфеты в ассортименте	120	3	17,04	76,5	450	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>715</b>	<b>20,83</b>	<b>35,24</b>	<b>141,75</b>	<b>948</b>	
<b>Среда 22.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : Капуста тушеная	40	1,07	1,9	4,2	28	241/2004
	Крокеты Детские под сметанным соусом 2/50	80	13,8	12,8	4,6	174,68	ТТК № 52
	Рис отварной	160	4	6,4	43,3	245	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК № 37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Конфеты в ассортименте	120	3	17,04	76,5	450	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>625</b>	<b>23,87</b>	<b>38,34</b>	<b>167,1</b>	<b>1057,68</b>	
<b>Четверг 23.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,2	0	0,7	4,2	576/2004 (6 вариант)
	Котлета рыбная «Неженка» из филе трески	70	11,2	7	8,7	160	ТТК № 23
	Пюре картофельное	170	3,6	6,7	24,7	185	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Конфеты в ассортименте	120	3	17,04	76,5	450	ТН
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>620</b>	<b>20,33</b>	<b>35,04</b>	<b>150,85</b>	<b>1004,2</b>
<b>Пятница 24.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Бифштекс Детский 1/90	70	15,51	11,07	11,9	182,88	ТТК № 47
	Макароны отварные	150	5,3	6,1	35,2	220	469/1994
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Фрукт: Яблоко свежее	150	0,39	0	20,7	78	338/2005
	Конфеты в ассортименте	120	3	17,04	76,5	450	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>715</b>	<b>29,8</b>	<b>38,81</b>	<b>181,5</b>	<b>1133,88</b>	