



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 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.05.2022 г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	170	6,44	7,45	42,71	220	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета в ассортименте	11	0,2	1,1	5,1	30,4	ТН
Итого за завтрак		506	43,94	17,45	86,11	594,4	
Вторник 24.05.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	20	0,5	1,3	2,7	27	78/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,5	10,5	48,6	326	463/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		512	23,43	24,3	113	742	
Среда 25.05.2022 г.							
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Картофельное пюре	170	3,9	14,6	47,5	355	472/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	АК Компот Южный	200	0,3		28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	15,81	22,59	106,7	710	
Четверг 26.05.2022 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша рисовая молочная	160	4,2	2,5	32,6	163	ТТК № 65
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток сокосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		630	17,43	17,8	70,25	502	
Пятница 27.05.2022 г.							
Завтрак	Шницель рубленый	80	12,4	11,3	12,6	203	472/1997
	Макаронные изделия отварные	160	6	7	40,1	206	469/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	АК Компот Южный	200	0,3		28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	21,51	19,69	96,7	616	
Понедельник 30.05.2022 г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	170	6,44	7,45	42,71	220	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета в ассортименте	11	0,2	1,1	5,1	30,4	ТН
Итого за завтрак		506	43,94	17,45	86,11	594,4	
Вторник 31.05.2022 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная на молоке	160	5	7,5	38	192	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Напиток сокосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		630	18,23	22,8	75,65	531	