

Согласовано:
Директор Школы № _____

Утверждено
Директор МАУ "Центр детского здоровья
"Итатанга"
А.М. Волков



Завтрак 5-11 класс ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Б	Ж	У		
Понедельник 24.01.2022 г.							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	60	0,48	3	4	47	45/2004
	Плов по-домашнему	50/190	26,7	25,3	47,5	504	ТТК № 2
	АК Чай с сахаром	200	0,2		15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	29,28	28,5	79,4	670	
Вторник 25.01.2022 г.							
Завтрак	Яйцо вареное куриное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	250	11	7,8	50,5	303,8	302/2004
	Масло сливочное	10	0,12	16,4	0,2	148	14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	21,42	30,8	97,2	739,8	
Среда 26.01.2022 г.							
Завтрак	П/ф Котлета Куриная 1/60	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Каша пшенная вязкая	250	7	11,3	40	293	463-464/1994
	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		550	19,4	19,7	114,3	705	
Четверг 27.01.2022 г.							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	25/5/20	1,7	4,3	23,5	134	78/2004
	Рисовая каша молочная	250	15,9	4,6	2,9	119	ТТК № 39
	Масло сливочное	10	0,12	16,4	0,2	148	14/2005
	Напиток лимонный	200	4,25	9	29,1	218	472/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		560	25,77	34,7	81,5	741	
Пятница 28.01.2022 г.							
Завтрак	П/ф Солнечногорские 1/60	50	10,1	5,2	4,7	126,5	ТТК №51
	Макаронные изделия отварные	250	9,4	11	62,6	391	469/1994
	АК чай с шиповником	200	0,1		25,6	99	ТТК № 37
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	23,4	16,6	118,7	738,5	