

Согласовано:
Директор Школы № _____

Директор МАУ "Центр детского здорового питания" _____



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 28.02.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	30	0,6	0	3,2	18	ТТК №41
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	6,6	37,8	220	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	43,6	15,5	79,3	582	
Вторник 01.03.2022 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с повидлом	25/5/20	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Каша пшеничная на молоке с сахаром	200	6	9	45,2	229	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		502	13,13	22	84,25	523	
Среда 02.03.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	10	0,2	0	1,05	6	ТТК №41
	Биточки Детские тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №55
	Макаронные изделия отварные	200	7,59	8,77	50,27	240	464/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	18,69	15,57	94,42	513	
Четверг 03.03.2022 г.							
Завтрак	Гарнировка : горошек консервированный	30	0,96	0	1,8	12	ТТК №40
	Котлета Рыбная Неженка (треска)	50	11,2	7	8,7	160	ТТК № 23
	Картофельное пюре	170	2,54	5,32	18,3	136	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	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	18,93	16,82	81,95	574	
Пятница 04.03.2022 г.							
Завтрак	Сарделька по-таирски	50	9,24	6	4,032	79	ТТК №9
	Рис отварной	200	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	17,57	16,8	99,082	584	
Суббота 05.03.2022 г.							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	25/5/20	1,8	4,7	25,5	146	2/2004
	Каша рисовая молочная	200	6	3,6	45,8	229	ТТК № 65
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2	0	39	15/2005
	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Вафли джумка	37	1,85	8,88	21,09	170,2	ТН
Итого за завтрак		502	12,6	24,48	119,74	728,2	