

Согласовано:
Директор Школы № _____

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"



Завтрак 5-11 класс *

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|----------------------------------------|------------|------------------|----------------|----------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 28.2022 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 | 223 | ТТК №20 |
| | Макаронные изделия | 200 | 7,5 | 8,54 | 49,14 | 286 | 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 | | 555 | 45,4 | 17,44 | 90,64 | 669 | |
| 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 | 240 | 7,2 | 10,84 | 50,85 | 257 | 302/2004 |
| | Сыр (порционно) | 10 | 2,51 | 3,135 | 0 | 38 | ТТК № 68 |
| | 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 | | 562 | 16,84 | 26,975 | 89,9 | 589 | |
| Среда 02.03.2022 г. | | | | | | | |
| Завтрак | Биточки Детские тушеные | 40 | 6,9 | 6,4 | 2,3 | 87 | ТТК №55 |
| | Макаронные изделия отварные | 250 | 9,48 | 10,96 | 62,83 | 300 | 464/1994 |
| | АК Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Конфета Корюлайн | 30 | 1,8 | 6,3 | 18,9 | 141 | ТН |
| Итого за завтрак | | 553 | 20,78 | 24,06 | 115,93 | 658 | |
| Четверг 03.03.2022 г. | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка : горошек консервированный | 20 | 0,64 | 0 | 1,2 | 8 | ТТК №40 |
| | Котлета Рыбная Неженка (треска) | 50 | 11,2 | 7 | 8,7 | 160 | ТТК № 23 |
| | Картофельное пюре | 250 | 5,25 | 11,18 | 35,88 | 268 | 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 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 550 | 19,42 | 22,4765 | 86,0324 | 641 | |
| Пятница 04.03.2022 г. | | | | | | | |
| Завтрак | Сарделька по-таирски | 80 | 14,7 | 9,57 | 6,42 | 125 | ТТК №9 |
| | Рис отварной | 220 | 4,07 | 6,93 | 43,12 | 249 | 465/1994 |
| | 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 | | 550 | 23,37 | 16,9 | 105,34 | 615 | |
| Суббота 05.03.2022 г. | | | | | | | |
| Завтрак | Бутерброд с повидлом | 25/5/20 | 1,8 | 4,7 | 25,5 | 146 | 2/2004 |
| | Каша рисовая молочная | 250 | 7,5 | 4,5 | 57,2 | 270 | ТТК № 65 |
| | Сыр (порционно) | 15 | 3,75 | 4,8 | 0 | 58 | 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 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 550 | 15,4 | 18,3 | 122,95 | 679 | |

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 65 рублей.