

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 29.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка :горошек зеленый консервированный	40	1,28	0	2,4	16	ТТК №40
	Бифштекс детский	60	9,7	13,6	3,6	166	ТТК № 11
	Каша гречневая рассыпчатая	170	5,2	7,8	26	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>502</b>	<b>18,38</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>503</b>	
<b>Вторник 30.11.2021 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 из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>595</b>	<b>18,53</b>	<b>18,2</b>	<b>70,05</b>	<b>521</b>	
<b>Среда 01.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : Капуста тушеная	30	0,8	1,4	3,2	28	241/2004
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	160	4	6,4	43,2	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>23</b>	<b>13,1</b>	<b>85,5</b>	<b>637</b>	
<b>Четверг 02.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,1	0	0,7	3	Т-24/2004
	Котлета рыбная «Неженка» из филе горбуши	70	13	11,1	8,7	190	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
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>19,03</b>	<b>22,1</b>	<b>74,35</b>	<b>583</b>	
<b>Пятница 03.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Манник	200	10,4	23,4	92,4	592	ТТК № 5
	Подлива сладкая	25	0,1	0	10,9	41	ТТК № 25
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>28</b>	<b>140,5</b>	<b>836</b>	