

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № _____

УТВЕРЖДАЮ

МАУ «Центр детского здорового питания»

А.М. Волков

Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Понедельник 4.10.2021 г.						
Гарнировка: помидор свежий	30	0,3	0	1,1	6	Т-24/1994
Плов по-домашнему	55/190	19,8	20,6	59,6	476	ТТК №2
АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	500	22,4	20,8	92,4	624	
Вторник 5.10.2021 г.						
Гарнировка: кукуруза сахарная	35	0,7	0	3,8	21	ТТК№41
Жаркое «Сюрприз»	50/150	18,8	10,5	31,8	280	ТТК№30
Чай с молоком	150/50	1,6	1,6	17,3	87	630/1994
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	460	23	12,3	65,8	449	
Среда 6.10.2021 г.						
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
Каша пшенная молочная	205/5	6,1	13,3	45,5	263	302/2004
Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/1997
	500	14,3	23,8	76,45	563	
Четверг 7.10.2021 г.						
Гарнировка: огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4	Т-24/1994
Котлета рыбная(филе трески)	53	9,3	5,5	8,8	101	388/2004
Картофельное пюре	180	3,8	8,2	26,3	197	472/1994
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
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	500	15,5	18	64	460	
Пятница 8.10.2021 г.						
Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,2	158	ТТК№20
Макаронные изделия отварные	170	6	7	40	250	469/1994
Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
Чай сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	500	30,5	16,9	72,15	564	
Завтрак по 55 рублей на 1 человека						

