

Согласовано:  
 Директор Школы № \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
 Директор МАУ "Центр детского здорового питания"  
 А.М. Волков

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 06.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	30	0,6	0	3,2	18	ТТК №41
	Котлета рубленая из цыплят	80	15,6	9,2	7,6	92	499/2004
	Макаронные изделия	150	5,7	6,6	37,8	235	469/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,5</b>	<b>16,2</b>	<b>104,4</b>	<b>586</b>	
<b>Вторник 07.12.2021 г.</b>							
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	228,8	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
	Конфета Импульс	16	0,1	4	8,8	74	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>518</b>	<b>13,23</b>	<b>26</b>	<b>93,05</b>	<b>596,8</b>	
<b>Среда 08.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Биточки школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	22,4	171	464/1994
	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
	Фрукт: Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>525</b>	<b>15,2</b>	<b>16,1</b>	<b>78,9</b>	<b>533</b>	
<b>Четверг 09.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : огурец свежий	50	0,2	0	1,2	5	Т-24/2004
	Котлета рыбная (филе трески)	70	12,2	7,3	11,6	156	302/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	21,84	163	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	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,93</b>	<b>18,4</b>	<b>74,89</b>	<b>529</b>	
<b>Пятница 10.12.2021 г.</b>							
Завтрак	Тефтели с соусом сметанным и томатом	60/30	11	15,56	16,16	245	423/1994; 601/2004
	Рис отварной	150	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
	Конфета Корлайн	30	1,2	1,9	23,1	114	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>23,4</b>	<b>28,56</b>	<b>128,56</b>	<b>850</b>	