

Согласовано:
 Директор Школы № _____

Директор МАУ _____



Завтрак 5-11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 06.12.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	40	0,8	0	4,4	24	ТТК №41
	Котлета рубленая из цыплят	80	15,7	9,2	7,7	192	499/2004
	Макаронные изделия	180	6,8	7,9	45,4	282	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
Итого за завтрак		550	27,9	17,5	113,3	739	
Вторник 07.12.2021 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 пшенная на молоке с сахаром	250	6	9	45,3	229	302/2004
	Масло сливочное	10	0,06	8,2	0,1	74	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		557	13,16	26,1	84,4	560	
Среда 08.12.2021 г.							
Завтрак	Биточки школьные	70	6,4	6,8	6,5	121	ТТК № 10
	Каша гречневая вязкая	150	3,4	5,1	16,8	128	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	110	0,4	0,4	9,8	47	ТН
Итого за завтрак		555	12,2	12,5	71,6	456	
Четверг 09.12.2021 г.							
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	157	302/1994
	Картофельное пюре	180	2,9	6,1	19,7	147	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	ТН
Итого за завтрак		555	19,53	17,9	85,65	575	
Пятница 10.12.2021 г.							
Завтрак	Тефтели с соусом сметанным и томатом	60/30	11	15,56	16,16	245	423/1994; 601/2004
	Рис отварной	200	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 Импульс	16	0,1	4	8,8	74	ТН
Итого за завтрак		556	22,3	30,66	114,26	810	