



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		
Понедельник 08.11.2021 г.							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	50	0,4	2,5	3,4	39	45/2004
	Плов по-домашнему	50/150	25,2	23,85	44,7	474	ТТК №20
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		508	30,1	26,95	92,9	704	
Вторник 09.11.2021 г.							
Завтрак	Каша из хлопьев Геркулес молочная с сахаром	200	8,8	6,2	40,4	243	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Бутерброд с сыром	20/5/25	5,1	7,5	7,5	118	3/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	сок фруктовый в асс.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		688	23,73	26,2	94,65	693	
Среда 10.11.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : помидор свежий	40	0,4	0	1,5	8	Т-24/1994
	Сарделька по-таирски	80	15,4	10	6,72	131	ТТК №9
	Каша гречневая рассыпчатая	160	4,9	7,4	24,5	190	463/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Итого за завтрак		518	23,43	21,9	77,67	558
Четверг 11.11.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	30	0,78	2,22	4,08	41	78/2004
	Рыба по-школьному	50	11,4	3,3	2,07	85	ТТК № 39
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	6,6	37,7	235	469/1994
	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 ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТН
Итого за завтрак		501	23,11	17,02	105	649	
Пятница 12.11.2021 г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Пюре картофельное	160	3,4	7,3	23,4	175	472/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		518	35,8	14,9	83,4	603	