



Согласовано:  
Директор Школы №

**ЭКЗЕМПЛЯР**  
**МАУ «Центр детского**  
**здорового питания»**

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

**Завтрак 7-12 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 09.01.2023</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	7,8	40,9	237	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>43,8</b>	<b>16,7</b>	<b>75,4</b>	<b>558</b>	
<b>Вторник 10.01.2023</b>							
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	599/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,5</b>	<b>14,4</b>	<b>94,9</b>	<b>547</b>	
<b>Среда 11.01.2023</b>							
Завтрак	Молочный суп с макаронными изделиями	200	4	5,1	17	119	160/2004
	Бутерброд с сыром	5/20/25	7,1	10,5	10,5	165	3/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27,49	107	ТТК № 429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>515</b>	<b>18,2</b>	<b>20,4</b>	<b>68,19</b>	<b>515</b>	
<b>Четверг 12.01.2023</b>							
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	6,07	7,03	40,2	250	469/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>20,9</b>	<b>18,5</b>	<b>107,6</b>	<b>661</b>	
<b>Пятница 13.01.2023</b>							
Завтрак	Биточек "Гнездышко"	50	8,6	6,3	3,3	105	ТТК № 267
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>700</b>	<b>17,3</b>	<b>15,3</b>	<b>74,63</b>	<b>511</b>	

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет **63** рубля.