



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		
Понедельник 19.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК №41
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	8,5	41,9	255	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		525	46,8	17,4	80	612	
Вторник 20.12.2022							
Завтрак	Котлета по-хлыновски	70	11,1	14,1	1,41	81	454/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	34,1	198	469/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		625	20,7	21,7	100,8	553	
Среда 21.12.2022							
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК №41
	Жаркое "Сюрприз"	50/150	18,8	10,5	31,8	280	ТТК №30
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		635	22,6	10,7	94,2	553	
Четверг 22.12.2022							
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	22,2	11,2	91	626	
Пятница 23.12.2022							
Завтрак	Биточек по-белорусски	60	5,04	10,2	1,4	142	467/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		675	17,5	24	90,8	660	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 100 рублей.