



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр  
А.М.Волков



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>Понедельник 21.11.2022</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
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	463/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>23,2</b>	<b>18,7</b>	<b>126,4</b>	<b>711</b>	
	<b>Вторник 22.11.2022</b>						
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия	150	6	7	40	250	469/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>26,8</b>	<b>12,7</b>	<b>85,6</b>	<b>647</b>	
	<b>Среда 23.11.2022</b>						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	60	1,6	4,4	8,2	82	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>29,4</b>	<b>19,7</b>	<b>89</b>	<b>611</b>	
	<b>Четверг 24.11.2022</b>						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>18,9</b>	<b>18,6</b>	<b>96,7</b>	<b>628</b>	
	<b>Пятница 25.11.2022</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
	Картофельное пюре	160	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Конфета Марсианка - 1 шт	11	0,2	1,1	5,1	30	ТН
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>504</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>93,6</b>	<b>535</b>