



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

**Усиленный завтрак  
 (ВАРИАНТ) \***

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>Понедельник 26.12.2022</b>						
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25,6	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>20,4</b>	<b>21,7</b>	<b>105</b>	<b>696,6</b>	
	<b>Вторник 27.12.2022</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
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>501</b>	<b>17,2</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>671</b>	
	<b>Среда 28.12.2022</b>						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,8	222	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Вафли в шоколаде "Аппетитка"	50	2,5	14	30,5	250	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>525</b>	<b>26,2</b>	<b>25,8</b>	<b>106</b>	<b>833</b>	
	<b>Четверг 29.12.2022</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	160	9,28	9,28	43,1	288	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
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>501</b>	<b>22,8</b>	<b>26</b>	<b>112</b>	<b>749</b>	
	<b>Пятница 30.12.2022</b>						
Завтрак	Сарделька по-гаирски	80	15,3	10	6,7	131	ТТК №9
	Соус основной красный	20	0,46	0,6	2,3	12	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	6,46	36,8	226	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>503</b>	<b>24,5</b>	<b>20,3</b>	<b>106</b>	<b>651</b>	

\* Стоимость 1 комплекса усиленного завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 75 рублей.