

ЭКЗЕМПЛЯР
МАУ «Центр детского
здорового питания»



Согласовано:
 Директор Школы № 17
 г. Йошкар-Ола

Утверждаю:
 Директор МАУ «Центр
 здорового питания»
 А.М.Волков

**Завтрак 12 лет и
 старше, многодетные и
 ОБЗ, за родительскую
 плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 26.12.2022						
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	463/1994
	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
Итого за завтрак		550	50,3	20,4	103,4	767	
	Вторник 27.12.2022						
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
	Макаронные изделия отварные	220	7,5	8,3	50,3	441	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	2,5	0,4	42,1	168	
	Среда 28.12.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	18,06	73	ТТК№49
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		560	25,1	13,7	88,76	656	
	Четверг 29.12.2022						
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	220	7,5	8,8	47,7	288	469/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		570	46,7	17,9	107,4	764	
	Пятница 30.12.2022						
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	200	4,4	7,4	47	277	465/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	16,7	16	117,3	630	