

ЭКЗЕМПЛЯР
МАУ «Центр детского
здорового питания»



Согласовано:
Директор Школы №

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.04.2023							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,12	288	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		518	41,8	16,9	93,22	719	
Вторник 04.04.2023							
Завтрак	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,05	0	7,5	25	ТТК №25
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		600	15,9	24,2	136,7	756	
Среда 05.04.2023							
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	5,8	3,4	45,1	223	ТТК № 65
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		501	12,8	12,7	116,9	602	
Четверг 06.04.2023							
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 вязкая	160	4,8	2,6	23,8	140	ТТК № 58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		518	18,8	12,7	92,94	533	
Пятница 07.04.2023							
Завтрак	Пельмени отварные "Мылышок"	200	22	24	30	540	664/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		640	30,7	30,8	71,5	792	

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