

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
Р.Т.Хахимс



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.11.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	10,5	17	0,2	197	ТТК № 100.
	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	19,8	20,2	68,8	528	
Вторник 14.11.2023							
Завтрак	Тефтели из мяты тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102,1
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	37,5	218	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28,1
	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		508	22,2	9,5	108,9	583	
Среда 15.11.2023							
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.
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	127	638/2004
	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		668	16,5	18,7	111,6	678
Четверг 16.11.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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		508	8,02	7,66	71,49	527	
Пятница 17.11.2023							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	207	Т4/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогатненное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		622	19,9	15,8	68,1	511	

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