

Согласовано:
Директор Школы



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

Р.Т.Хакимов



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
Понедельник 29.01.2024								
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	
	Каша гречневая вязкая	150	4,4	2,4	22,1	150	ТТК № 58	
	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		500	18,6	10,9	74,3	472		
Вторник 30.01.2024								
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005	
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994	
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994	
	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	
	Итого за завтрак		500	14,7	15,9	84,7	533	
Среда 31.01.2024								
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004	
	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	220	9,6	6,7	44,2	229	Т4/2004	
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429	
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Итого за завтрак		503	13,8	11,4	111,6	542	
Четверг 01.02.2024								
Завтрак	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997	
	Картофельное пюре	180	3,84	8,2	26,5	178	472/1994	
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004	
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Итого за завтрак		576	23,7	23,6	110,8	692	
Пятница 02.02.2024								
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,9	0	5,9	59	ТТК№41	
	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	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	0,27	0	27,8	109	ТТК№28.1	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005	
	Итого за завтрак		685	21,5	13,6	115,1	676	

* Стоимость 1 комплекса на одного учащегося школы составляет 63 рубля