

школа 1

судоренко И.И. З. 34

Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В. Усков



Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник 24.02.2026							
Завтрак	Плов по-домашнему (говяд) без томатной пасты	50/150	15,4	16	36,6	409	ТТК№7
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт свежий: яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		557	16,3	16,6	66,8	547	
Среда 25.02.2026							
Завтрак	Гранировка: Огурец свежий	100	0,6	0,1	2,5	15	ТН
	Птица запеченная (бедро)	100	16,7	19,5	0,2	209	ТТК№32.1
	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,4	5,7	31,5	207	Т4/1994
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	37,6	115	585/3/1994
Итого:		600	23,9	25,3	71,8	546	
Четверг 26.02.2026							
Завтрак	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Рис отварной, масло сливочное	180/3	6,7	9,5	43,6	310	465/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/200	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		623	12,8	14,7	78,9	515	
Пятница 27.02.2026							
Завтрак	Рыба тушеная с овощами без томата	100 (50/50)	9,7	5,6	12,7	187	ТТК№582
	Картофельное пюре на воде, масло сливочное	220	4	6,1	30,8	201	ТТК№592
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт свежий: яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		677	14,6	12,3	73,7	526	