



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая я	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 02.02.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая	2/50	12,0	13,0	8,5	193	ТТК№52
	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180	6.8	7,4	32.4	229	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с сахром	200	0.2	0	15.0	58	628/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0.6	0	12.0	70	ТН
Итого		630	19,6	20,4	67,9	550	
Вторник 03.02.2026							
Завтрак	Сарделька паровая	90	19,6	14,0	10,8	228	ТТК№11
	Рис отварной. масло сливочное	160/8	4.0	7.5	22.4	201	465/1994 14/2005
	АК компот Изюминка	200	0,2	0	20.8	84	ТТК№61
	Фрукт: яблоко печеное	140	0.7	0.7	17.2	83	11.31/1996
Итого:		598	24,5	22,2	71,2	596	
Среда 04.02.2026							
Завтрак	Яйцо вареное	1шт(40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Гарнир из пшена рассыпчатый с маслом сливочным	210	9,3	7,7	54.3	325	ТТК № 535
	АК Чай с лимоном	200/7	0.3	0.0	15.2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0.6	0	12.0	70	ТН
Итого		607	15,3	12,3	81,8	518	
Четверг 05.02.2026							
Завтрак	Фрикадельки мясные	100	18.7	16,0	11,0	263	114/1994
	Картофельное пюре на воде с маслом сливочным	180	3.2	4,9	26.2	158	ТТК№592
	АК Компот из сухофруктов	200	0.2	0	20.8	84	ТТК№61
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0.6	0	12.0	60	ТН
Итого		680	22,7	20,9	70,0	565	
Пятница 06.02.2026							
Завтрак	Птица отварная (филе)	90	19,0	14,5	0	140	ТТК№545
	Рис отварной. масло сливочное	180/3	4,8	7,9	36.4	239	465/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0.6	0	24.8	97	ТТК№64
	Фрукт: яблоко печеное	1/140	0.7	0.7	17.2	83	11.31/1996
Итого		613	25,1	23,1	78,4	559	