Согласовано
Директор Школы№

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Понедельник 29.09.2025							
Завтрак	Плов по-домашнему без томатной пасты	40/160	16,00	18,80	41,70	379,00	ТТК №2
	АК Чай с с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Яблоко печеное	1/140	0,70	0,70	17,20	83,00	11.31/1996
Итого		**547,00**	**17,00**	**19,50**	**74,10**	**522,00**	
Вторник 30.09.2025							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	90	11,00	10,40	0,20	187,00	ТТК №32.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/10	6,00	9,00	44,00	257,00	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	60,00	ТН
Итого:		**650,00**	**17,90**	**19,54**	**75,70**	**586,00**	
Среда 01.10.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,10	4,60	0,30	63,00	324/1997
	Рис отварной ,масло сливочное	200/10	5,00	11,60	54,00	357,00	465/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Яблоко печеное	1/140	0,7	0,70	17,20	83,00	11.31/1996
Итого		**590,00**	**10,30**	**16,90**	**86,50**	**561,00**	
Четверг 02.10.2025							
Завтрак	Котлета рыбная без молока	100	17,40	10,40	16,60	224,00	ТТК№516
	Картофельное пюре на воде с маслом сливочным	200	3,60	5,50	28,00	176,00	ТТК№592
	АК Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
	Яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	60,00	ТН
Итого		**650,00**	**21,80**	**15,90**	**77,40**	**544,00**	
Пятница 03.10.2025							
Завтрак	Котлета куриная рубленная	2/50	12,00	13,00	8,50	193,00	ТТК №52
	Макаронные изделия отварные	190	5,90	9,00	37,50	258,00	469/1994
	АК Апельсиновый напиток	200	0,20	0,00	19,80	77,00	699/2004
	Яблоко печеное	1/140	0,70	0,70	17,20	83,00	11.31/1996
Итого		**630,0**	**18,8**	**22,7**	**83**	**611**	