



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 09.02.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая	2/50	12,0	13,0	8,5	193	ТТК№52
	Рис отварной, масло сливочное	180/9	4,5	11,0	48,8	310	465/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58	628/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70	ТН
Итого		639	17,30	24,00	84,30	631	
Вторник 10.02.2026							
Завтрак	Птица отварная (филе)	90	19,0	7,5	0	140	ТТК№545
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/7	5,8	7,4	33,9	225	ТТК№58, 14/2005
	АК Компот яблочный	200	0,9	0	10,4	75	ТТК№68
	Фрукт: яблоко печеное	1 шт (1/140)	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого:		637	26,40	15,60	61,6	523	
Среда 11.02.2026							
Завтрак	Котлета из говядины без молока	90	14,2	12,9	14,4	232	ТТК№511
	Гарнир из пшена рассыпчатый с маслом сливочным	160	6,8	5,9	43,3	247	ТТК № 535
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70	ТН
Итого	650	607	21,90	18,80	70,50	609	
Четверг 12.02.2026							
Завтрак	Рыба по-школьному	90	13,3	6,6	4,1	181	ТТК№39
	Картофельное пюре на воде с маслом сливочным	220	4,0	6,1	30,8	221	ТТК№592 14/2005
	АК Компот из сухофруктов	200	0,2	0	15,4	84	ТТК№61
	Фрукт: яблоко печеное	1 шт (1/140)	0,7	0,7	17,3	83	11.31/1996
Итого		650	18,20	13,40	67,6	569	
Пятница 13.02.2026							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным без томатной пасты	50/190	15,4	17,9	37,0	349	ТТК№2/2
	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70	ТН
Итого		630	21,4	22,64	68,8	564	