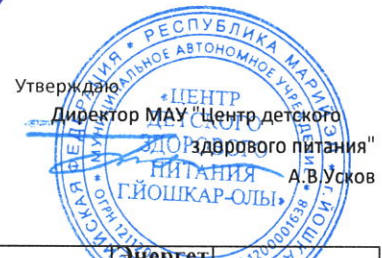


школа 1

Сидоренко МН 3, 84



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 08.12.2025							
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	17,3	24,0	84,3	631	
Вторник 09.12.2025							
Завтрак	Птица отварная (филе)	90	19,0	7,50	0	140	ТТК№545
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/7	5,8	7,40	33,9	225	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Фрукт:яблоко печеное	1 шт (1/140)	0,7	0,70	17,26	83	11.31/1996
Итого:		637	25,8	15,74	70,66	530	
Среда 10.12.2025							
Завтрак	Котлета из говядины без молока	90	14,2	12,9	14,4	232	ТТК№511
	Рис отварной, масло сливочное	160/9	4,1	9,9	43,6	277	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		609	19,1	22,8	70,6	637	
Четверг 11.12.2025							
Завтрак	Рыба тушеная с овощами без томата	100 (50/50)	14,2	5,5	4,2	187	ТТК№582
	Картофельное пюре на воде с маслом сливочным	220	4,0	6,1	30,8	201	ТТК№592
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,8	77	585/1994
	Фрукт:яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70	ТН
Итого		670	19,00	11,6	66,8	535	
Пятница 12.12.2025							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Плов рисовый с отварной говядиной без томатной пасты	70/210	20,8	18,9	48,5	441	2.26a/2010
	АК Компот яблочный	200	1	0	10,0	80	ТТК№68
	Фрукты: апельсин свежий	1 шт (1/200)	0,6	0	12,0	60	ТН
Итого		740	22,78	18,96	72,66	590	