

Согласовано
Директор Школы №

А.В. Усков
Лицей №29
Июшкаль Олы.



28
Утверждаю

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



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 02.12.2024г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	ТТК58,14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		680,0	19,25	19,75	81,05	588,0	
Вторник 03.12.2024г.							
Завтрак	Котлета «Особая», соус основной красный	90 (60/30)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	154	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	200	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		665,0	15,4	17,8	75,0	587,5	
Среда 04.12.2024 г.							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134,0	2/2004
	Яйцо отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша Дружба с маслом сливочным	220/5	6,1	6,2	23,05	196,0	14/2005, Т4/2004
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
Итого		515,0	18,0	18,0	69,0	543,0	
Четверг 05.12.2024г.							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	3,6	7,8	20,4	261,0	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Печенье «Чоко пай»	1/30	1,35	2,1	14,0	45,0	ТН
Итого		535,0	15,65	17,0	71,0	564,0	
Пятница 06.12.2024г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Картофельное пюре, масло сливочное	150/5	3,2	6,4	21,9	201,0	472/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,35	1,8	18,6	123,0	ТН
Итого		517,0	19,0	20,0	71,0	583,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей

Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю

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



Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ)*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 02.12.2024							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/5	6,03	5,25	29,8	211,0	ТТК№58 14/2004
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90,0	ТН
Итого		550	18,1	21,3	95,5	617,0	
Вторник 03.12.2024							
Завтрак	Филе цыпленка рубленое, запеченное с помидором	80	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№35
	Рис отварной, масло сливочное	200/5	3,9	6,9	44,4	244,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Конфета (Батончик Супер)	1 шт (1/40)	0,8	6,4	5,84	176,0	ТН
Итого:		550,0	20,6	25,7	99,14	756,0	
Среда 04.12.2024							
Завтрак	Филе птицы «Неженка»	65	17,3	15,2	7,1	199,0	ТТК№3
	Каша гречневая вязкая	185	5,5	2,8	27,5	161,0	ТТК№58
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
	Кекс «Столичный»	75	4,6	16,2	24,9	209,0	82/425/1999
Итого		550,0	30,1	34,6	104,4	761,0	
Четверг 05.12.2024							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	190	4,56	7,8	20,4	261,0	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Булочка со сгущенным молоком и корицей	75	4,8	12,1	38,0	260,0	ТТК№6
Итого		590,0	20,1	27,0	95,0	779,0	
Пятница 06.12.2024							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Картофельное пюре	190	3,84	8,2	38,0	241,0	472/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,35	1,8	18,6	123,0	ТН
Итого		552,0	19,7	22,2	85,1	623,0	

*Стоимость 1 комплекса усиленного завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 85 рублей