

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энерге- тическ ая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52, 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/5	6,80	10,90	42,50	281,00	469/1994 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого		520,0	18,90	19,30	76,90	586,40	
Вторник 14.10.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,50	8,30	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	4,40	6,00	36,00	187,00	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,00	4,40	9,40	60,00	ТН
Итого:		708,00	19,10	19,04	78,00	587,00	
Среда 15.10.2025							
Завтрак	Сырники из рикотты, соус сладкий	190,0	15,80	15,40	48,60	348,00	ТТК№72, 67
	Кофейный напиток	200	1,40	1,60	10,40	103,00	762/3/1997
	Фрукт: груши свежие	1 шт (1/200)	0,72	0,28	12,00	114,00	ТН
Итого		590,0	17,92	17,28	71,00	565,00	
Четверг 16.10.2025							
Завтрак	Жаркое "Сюрприз"	55/190	16,00	17,20	32,40	343,00	ТТК№30
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,00	15,00	77,00	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Фрукт:яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		628,0	19,00	17,60	75,30	558,00	
Пятница 17.10.2025							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60,0	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,00	17,90	35,00	254,40	ТТК№2/2
	Компот яблочный	200	0,90	0,00	13,00	75,00	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,50	80,00	ТН
Итого		733,0	18,78	18,36	76,56	486,4	

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