

Школа 15

Разное А Ч. 5<sup>9</sup>



Согласовано  
Директор Школы № 15



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 10.03.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: горошек зеленый консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК № 40
	Говядина отварная куском	100	25,8	16,8	0	254	ТТК № 590
	Рис отварной без масла	200	5,3	0,76	56,2	298	ТТК № 589
	АК Компот из свежих яблок без сахара	200	0,1	0	2,9	14	ТТК № 525
<b>Итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>33,1</b>	<b>17,6</b>	<b>62,7</b>	<b>590</b>	
<b>Вторник 11.03.2025</b>							
Завтрак	Птица отварная (голень)	90	18,9	12,2	0	190	ТТК № 591
	Каша гречневая вязкая без масла	220	6,6	3,5	32,8	194	ТТК № 58
	АК Напиток из шиповника без сахара	200	0,8	0	10	39	ТТК № 519
	Фрукты: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,26	83	11.31/1996
<b>Итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>27</b>	<b>16,4</b>	<b>60,06</b>	<b>506</b>	
<b>Среда 12.03.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: горошек зеленый консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК № 40
	Говядина отварная куском	100	25,8	16,8	0	254	ТТК № 590
	Каша кукурузная на воде без масла	200	4,6	0,6	38,8	179	ТТК № 587
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
<b>Итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>32,4</b>	<b>17,4</b>	<b>67,3</b>	<b>554</b>	
<b>Четверг 13.03.2025</b>							
Завтрак	Птица отварная (голень)	90	18,9	12,2	0	190	ТТК № 591
	Картофельное пюре на воде без масла	250	4,7	2	36,8	188	ТТК № 586
	АК Компот из кураги без сахара	200	0,1	0	11,5	45	ТТК № 526
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>690</b>	<b>24,3</b>	<b>14,2</b>	<b>67,2</b>	<b>501</b>	
<b>Пятница 14.03.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: горошек зеленый консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК № 40
	Говядина отварная куском	100	25,8	16,8	0	254	ТТК № 590
	Каша гречневая вязкая без масла	200	6	3,2	29,8	176	ТТК № 58
	АК Компот из свежих яблок без сахара	200	0,1	0	2,9	14	ТТК № 525
	Фрукты: яблоко печеное	140	0,7	0,7	17,26	83	11.31/1996
<b>Итого за завтрак</b>		<b>700</b>	<b>34,5</b>	<b>20,7</b>	<b>53,56</b>	<b>551</b>	