

Согласовано  
 Директор Школы № 15

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



15

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 02.03.2026</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,2	8,2	28,4	186	Т4/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>712</b>	<b>18,95</b>	<b>17,7</b>	<b>75,9</b>	<b>537</b>	
<b>Вторник 03.03.2026</b>							
Завтрак	Котлеты мясные	90	12,7	12,2	14,7	234	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	200/10	3,25	8,8	27	206,5	465/1994
	АК Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>533</b>	<b>19,25</b>	<b>21,4</b>	<b>76,9</b>	<b>587,5</b>	
<b>Среда 04.03.2026</b>							
Завтрак	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	180/10	8	15,35	15,2	276,2	Т4/1994 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/3/1997
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Апельсин свежий	1/200	1,8	0,4	21	80	ТН
<b>Итого:</b>		<b>655</b>	<b>18,2</b>	<b>22,15</b>	<b>69,8</b>	<b>583,5</b>	
<b>Четверг 05.03.2026</b>							
Завтрак	Фрикадельки в соусе	105 (55/50)	10	12	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	190	2	4,3	26,6	161,5	472/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	15,9	72	ТТК№54
	Пряник	1/42	4,5	3	6,8	62	ТН
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>19,1</b>	<b>19,7</b>	<b>77</b>	<b>587,5</b>	
<b>Пятница 06.03.2026</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	60/50	11,2	10	12,7	158	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	200	4,7	8	31,3	182,6	469/1994
	Напиток из кураги	200	0,9	0	16,1	117	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>543</b>	<b>19,2</b>	<b>18,4</b>	<b>77</b>	<b>529,6</b>	

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