

Согласовано  
Директор Школы № 20



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



Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.01.2025</b>							
Обед 2 смена	Гарнировка: салат из квашенной капусты	60	0	3,0	4,86	27,2	ТТК№50
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	7,73	9,4	39,59	221,0	139/2004,112/2004
	Плов по-домашнему	50/150	16,0	15,0	44,6	453,3	ТТК №2
	АК 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
<b>Итого</b>		<b>712,0</b>	<b>25,9</b>	<b>27,6</b>	<b>117,2</b>	<b>822,5</b>	
<b>Вторник 28.01.2025</b>							
Обед 2 смена	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	6,45	12,0	25,6	205,0	124/2004 Г-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	90	10,3	11,7	0,2	173,7	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	4,4	2,7	31,7	151,0	463/1994 14/2005
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого:</b>		<b>723,0</b>	<b>26,25</b>	<b>27,0</b>	<b>117,3</b>	<b>781,7</b>	
<b>Среда 29.01.2025</b>							
Обед 2 смена	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	9,4	6,3	16,2	154,0	132/2004 112/2004
	Котлета «Особая» с соусом красным основным	100 (50/50)	8,6	12,1	11,0	187,5	474/2/1997 528/3/1994
	Каша пшениная вязкая	200	4,6	9,0	15,4	189,0	Т4/463/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/0,2	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>978,0</b>	<b>28,0</b>	<b>28,2</b>	<b>117,3</b>	<b>842,5</b>	
<b>Четверг 30.01.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	6,9	11,8	25,0	163,0	Т1/3/1994, 133/2004
	Котлета рыбная с соусом красным основным	90(60/30)	12,8	7,5	11,4	158,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,15	7,1	21,7	163,5	472/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукты: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>868,0</b>	<b>28,15</b>	<b>28,0</b>	<b>117,1</b>	<b>822,5</b>	
<b>Пятница 31.01.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	200/20	6,7	6,6	16,7	134,4	134/2004 112//2004
	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	90 (50/40)	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,2	23,6	203,0	469/1994
	АК Компот из свежих груш	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>918,0</b>	<b>28,3</b>	<b>26,3</b>	<b>117,3</b>	<b>793,4</b>	

\*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 75 рублей

Согласовано  
Директор Школы № 20



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		
<b>Понедельник 27.01.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: Салат из квашенной капусты	60	-	3,0	4,86	27,2	ТТК №50
	Плов по-домашнему	50/160	16,8	15,8	44,7	439,0	ТТК №2
	АК 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
<b>Итого</b>		<b>502,0</b>	<b>19,0</b>	<b>19,0</b>	<b>77,7</b>	<b>587,2</b>	
<b>Вторник 28.01.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	60	1,6	4,4	8,2	82,2	78/2004
	Птица запеченная (бедро)	90	10,3	11,7	0,2	173,7	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	4,4	2,7	31,7	151,0	463/1994 14/2005
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого:</b>		<b>530,0</b>	<b>19,0</b>	<b>19,0</b>	<b>83,0</b>	<b>587,0</b>	
<b>Среда 29.01.2025</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	20/5/25	5,7	5,9	10,2	120,0	3/2004
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/10	3,0	3,25	30,7	189,0	T4/2004,14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>18,7</b>	<b>18,8</b>	<b>73,7</b>	<b>562,0</b>	
<b>Четверг 30.01.2025</b>							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом красным основным	90(60/30)	12,8	7,5	11,4	158,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,15	7,1	21,7	163,5	472/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Фрукты: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>615,0</b>	<b>18,85</b>	<b>15,8</b>	<b>75,2</b>	<b>587,5</b>	
<b>Пятница 31.01.2025</b>							
Завтрак	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	90 (50/40)	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,2	23,6	203,0	469/1994
	АК Компот из свежих груш	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>665,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,3</b>	<b>83,7</b>	<b>587,0</b>	

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