

Согласовано
Директор Школы №



Завтрак 7-12 лет

Завтрак 7-12 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 26.01.2026							
Завтрак	Плов по-домашнему	50/160	16	18,8	37,3	379	ТТК№2
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого		643	18,6	19,2	74,4	585	
Вторник 27.01.2026							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/10	4,65	8,21	37,8	186,5	ТТК№58 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	13,2	82	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
Итого:		760	19,85	19,75	89	647,5	
Среда 28.01.2026							
Завтрак	Сырники из рикотты, сладкая подлива	130/40	14,1	13,35	52,6	297	ТТК№72, 25
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого		570	19,3	19,75	77	475	
Четверг 29.01.2026							
Завтрак	Крокеты рыбные	90	10,6	10,1	11,9	176	ТТК№60
	Картофельное пюре, масло сливочное	160/3	5	7	13,9	170	472/1994 14/2005
	АК Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	60	ТН
Итого		636	18,6	17,5	74,5	558	
Пятница 30.01.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10	8,2	11,3	164	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	5,35	9,75	30	259,2	469/1994
	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
Итого		525	18,65	19,75	74,6	587,5	

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

Согласовано
Директор Школы №



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

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 26.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	250/10	9,4	9,5	29,1	218	139/2004 Т8-1996
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	10,9	7,6	4,3	158,1	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/3	6	10,9	49,4	309	469/1994 14/2005
	Компот Изюминка	200	0,4	0	21,1	85	ТТК№62
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	15,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		811	30,8	28,6	135,7	899,1	
Вторник 27.01.2026							
Обед	Борщ Сибирский на к/б	250	6,6	5,8	19	172	111/2004
	Котлета рыбная	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004
	Картофельное пюре	200	4,2	10,6	38,4	218	472/1994
	АК Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК№54
Итого:		800	31,1	30	117,1	816	
Среда 28.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, говядина отварная	250/10	7,7	7	22,2	179,9	124/2004 Т8-1996
	Сарделька Любительская	70/30	11,7	12,3	6,1	158	ТТК№62
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,3	42,3	263	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	69	629/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		980	28,4	27	111,9	817,9	
Четверг 29.01.2026							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/10	8,2	6,3	19,1	196,4	132/2004 Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло	180/3	5,2	8,5	50,9	237	ТТК№58
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
Итого		818	28,9	32,2	114,9	818,4	
Пятница 30.01.2026							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,4	11	24,3	200	Т1/3/1994 133/2004
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК №63
	Рис отварной	180	4,5	6,8	43	275	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	15,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		808	31,5	32	134,2	945	

*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 105 рублей