



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:  
Директор Школы №



тверждаю:  
Директор МАУ «Центр  
детского здорового  
питания»  
А.В. Волков

Завтрак 7-12 лет

| Прием пищи                    | Наименование блюда                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|-----------|------------------|------|-------|-------------------------|-------------|
|                               |   |           | Б                | Ж    | У     |                         |             |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |   |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак                       | Гуляш из филе цыпленка                              | 50/50     | 35               | 8,7  | 6,6   | 202                     | ТТК №20     |
|                               | Макаронные изделия отварные                         | 150       | 5,7              | 6,6  | 37,8  | 220                     | 469/1994    |
|                               | Чай с лимоном                                       | 200/7     | 0,3              | 0    | 15,2  | 60                      | 629/1994    |
|                               | Хлеб пшеничный                                      | 2/25      | 3,8              | 0,4  | 25,8  | 122                     | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 507       | 44,8             | 15,7 | 85,4  | 604                     |             |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |   |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак                       | Гарнировка: помидоры свежие                         | 60        | 0,66             | 0,12 | 2,28  | 10                      | ТТК №39     |
|                               | Крокеты с кабачками тушеные                         | 40        | 6,9              | 6,4  | 2,3   | 87                      | ТТК №53     |
|                               | Соус основной красный                               | 60        | 1,38             | 1,8  | 4,6   | 38                      | 528/3/1994  |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150       | 8,63             | 8,63 | 40,08 | 267                     | 463/1994    |
|                               | АК кисель яблочный                                  | 200       | 0,1              | 0    | 27,49 | 107                     | ТТК № 429   |
|                               | Хлеб пшеничный                                      | 25        | 1,9              | 0,2  | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 535       | 18,9             | 17   | 87,37 | 560                     |             |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |   |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак                       | Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком | 150/20    | 21,7             | 14,6 | 33,07 | 355                     | ТТК № 5.4   |
|                               | Кофейный напиток                                    | 200       | 1,4              | 1,6  | 20,4  | 103                     | 762/3/1997  |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                | 33        | 2,4              | 0,4  | 16,9  | 72                      | ТТК № 57    |
|                               | Фрукт: яблоко свежее                                | 100       | 0,23             | 0    | 12,42 | 46,8                    | 338/2005    |
| Итого за завтрак              |   | 503       | 25,8             | 16,6 | 82,79 | 576,8                   |             |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |   |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак                       | Яйцо вареное  | 40        | 5,1              | 4,6  | 0,3   | 63                      | 324/1997    |
|                               | Бутерброд с сыром                                   | 25/5/20   | 7,1              | 10,5 | 10,5  | 165                     | 3/2004      |
|                               | Каша молочная их хлопьев овсяных Геркулес           | 190       | 8,3              | 5,5  | 38,1  | 197                     | Т4/2004     |
|                               | АК Компот из свежих яблок                           | 200       | 0,2              | 0    | 37,6  | 106                     | 585/1994    |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                | 33        | 2,4              | 0,4  | 16,9  | 72                      | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 513       | 23,1             | 21   | 103,4 | 603                     |             |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |   |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак                       | Шницель рубленый                                    | 50        | 7,81             | 7,09 | 7,92  | 178                     | 472/1997    |
|                               | Соус основной красный                               | 50        | 1,15             | 1,5  | 3,84  | 32                      | 528/3/1994  |
|                               | Рис отварной  | 150       | 3,4              | 6    | 37,5  | 207                     | 465/1994    |
|                               | Чай с молоком                                       | 200       | 1,6              | 1,6  | 17,3  | 87                      | 630/3/1994  |
|                               | Хлеб пшеничный                                      | 2/25      | 3,8              | 0,4  | 25,8  | 122                     | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 500       | 17,8             | 16,6 | 92,36 | 626                     |             |



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:  
Директор Школы № 15



Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского здорового питания»  
А. М. Волков

Завтрак 12 лет и старше,  
многодетные и ОВЗ, за  
родительскую плату

| Прием пищи                    | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |        | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|-----------|------------------|------|--------|-------------------------|-------------|
|                               |   |           | Б                | Ж    | У      |                         |             |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |   |           |                  |      |        |                         |             |
| Завтрак                       | Гуляш из филе цыпленка  | 50/50     | 35               | 8,7  | 6,6    | 202                     | ТТК №20     |
|                               | Макаронные изделия отварные   | 200       | 7,59             | 7,99 | 50,28  | 293                     | 469/1994    |
|                               | Чай с лимоном   | 200/7     | 0,3              | 0    | 15,2   | 60                      | 629/1994    |
|                               | Хлеб пшеничный  | 2/25      | 3,8              | 0,4  | 25,8   | 122                     | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 557       | 46,7             | 17,1 | 97,88  | 677                     |             |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |   |           |                  |      |        |                         |             |
| Завтрак                       | Гарнировка: помидоры свежие   | 100       | 1,05             | 0,19 | 3,64   | 16                      | ТТК №39     |
|                               | Крокеты с кабачками тушеные   | 40        | 6,9              | 6,4  | 2,3    | 87                      | ТТК №53     |
|                               | Соус основной красный   | 60        | 1,38             | 1,8  | 4,6    | 38                      | 528/3/1994  |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая  | 200       | 11,4             | 11,4 | 53,3   | 347                     | 463/1994    |
|                               | АК кисель яблочный  | 200       | 0,1              | 0    | 27,49  | 107                     | ТТК № 429   |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25        | 1,9              | 0,2  | 12,9   | 61                      | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 625       | 21,7             | 19,8 | 100,59 | 640                     |             |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |   |           |                  |      |        |                         |             |
| Завтрак                       | Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком                   | 150/20    | 21,7             | 14,6 | 33,07  | 355                     | ТТК № 5.4   |
|                               | Кофейный напиток  | 200       | 1,4              | 1,6  | 20,4   | 103                     | 762/3/1997  |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25        | 1,9              | 0,2  | 12,9   | 61                      | ТТК № 57    |
|                               | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200       | 6                | 6,4  | 9,4    | 120                     | ТН          |
| Итого за завтрак              |   | 595       | 31               | 22,8 | 75,77  | 639                     |             |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |   |           |                  |      |        |                         |             |
| Завтрак                       | Яйцо вареное  | 40        | 5,1              | 4,6  | 0,3    | 63                      | 324/1997    |
|                               | Бутерброд с сыром   | 25/5/20   | 7,1              | 10,5 | 10,5   | 165                     | 3/2004      |
|                               | Каша молочная их хлопьев овсяных Геркулес                             | 200       | 8,5              | 6,1  | 39,3   | 204                     | Т4/2004     |
|                               | АК Компот из свежих яблок   | 200       | 0,2              | 0    | 37,6   | 106                     | 585/1994    |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный  | 2/33      | 4,8              | 0,8  | 33,8   | 144                     | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 556       | 25,7             | 22   | 121,5  | 682                     |             |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |   |           |                  |      |        |                         |             |
| Завтрак                       | Шницель рубленый  | 50        | 7,81             | 7,09 | 7,92   | 178                     | 472/1997    |
|                               | Соус основной красный   | 50        | 1,15             | 1,5  | 3,84   | 32                      | 528/3/1994  |
|                               | Рис отварной  | 200       | 4,52             | 7,98 | 49,8   | 275                     | 465/1994    |
|                               | Чай с молоком   | 200       | 1,6              | 1,6  | 17,3   | 87                      | 630/3/1994  |
|                               | Хлеб пшеничный  | 2/25      | 3,8              | 0,4  | 25,8   | 122                     | ТТК № 57    |
| Итого за завтрак              |   | 550       | 18,9             | 18,6 | 104,66 | 694                     |             |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 63 рублей.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания  
г. Йошкар-Ола»

Обед от 12 и старше, многодетные и  
ОВЗ, за родительскую плату

| Прием пищи                    | Наименование блюда                                       | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность | № рецептуры            |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|------------------------|
|                               |  |            | Б                | Ж           | У           |                         |                        |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |  |            |                  |             |             |                         |                        |
| Обед                          | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне     | 250        | 4,5              | 4,3         | 10,5        | 96                      | 124/2004               |
|                               | Крокеты с кабачками тушеные                              | 40         | 6,9              | 6,4         | 2,3         | 87                      | ТТК №53                |
|                               | Соус основной красный                                    | 60         | 1,38             | 1,8         | 4,6         | 38                      | 528/3/1994             |
|                               | Рис отварной   | 180        | 4                | 7,2         | 45          | 248                     | 465/1994               |
|                               | Чай с сахаром  | 200        | 0,2              | 0           | 15          | 58                      | 628/1994               |
|                               | Хлеб пшеничный   | 2/25       | 3,8              | 0,4         | 25,8        | 122                     | ТТК № 57               |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                     | 33         | 2,4              | 0,4         | 16,9        | 72                      | ТТК № 57               |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>813</b> | <b>24</b>        | <b>24,8</b> | <b>83,3</b> | <b>657,2</b>            |                        |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                        |
| Обед                          | Суп картофельный с макарон. изделиями                    | 250        | 14,2             | 3,5         | 22,8        | 181                     | 140/2004,<br>Т17/1994  |
|                               | Котлета рыбная(филе трески) с соусом сметанным с томатом | 70/30      | 12,8             | 8,9         | 13,6        | 182                     | 388/2004, 601/2004     |
|                               | Картофельное пюре  | 180        | 3,9              | 8,3         | 27,1        | 202                     | 472/1994               |
|                               | Напиток из плодов шиповника                              | 200        | 0,8              | 0           | 30          | 119                     | 705/2004               |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                     | 2/33       | 4,8              | 0,8         | 33,8        | 144                     | ТТК № 57               |
|                               | Хлеб пшеничный   | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК № 57               |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>821</b> | <b>36,5</b>      | <b>22,3</b> | <b>133</b>  | <b>834</b>              |                        |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |  |            |                  |             |             |                         |                        |
| Обед                          | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками              | 250/20     | 14,9             | 8,97        | 29,9        | 270                     | 139/2004,<br>106А/2004 |
|                               | Котлета Куриная запеченная                               | 50         | 8,3              | 8           | 20,5        | 170                     | ТТК №48                |
|                               | Соус основной красный                                    | 50         | 1,15             | 1,5         | 3,84        | 32                      | 528/3/1994             |
|                               | Макаронные изделия отварные с овощами                    | 180        | 6,9              | 0,66        | 36,8        | 286                     | ТТК № 6.4              |
|                               | Чай с лимоном  | 200/7      | 0,3              | 0           | 15,2        | 60                      | 629/1994               |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                     | 2/33       | 4,8              | 0,8         | 33,8        | 144                     | ТТК № 57               |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>823</b> | <b>32,4</b>      | <b>25,3</b> | <b>137</b>  | <b>873</b>              |                        |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                        |
| Обед                          | Рассольник ленинградский на костном бульоне              | 250        | 17,3             | 6,7         | 20,2        | 207                     | 132/2004               |
|                               | Крокеты с кабачками тушеные                              | 40         | 6,9              | 6,4         | 2,3         | 87                      | ТТК №53                |
|                               | Соус основной красный                                    | 60         | 1,38             | 1,8         | 4,6         | 38                      | 528/3/1994             |
|                               | Картофельное пюре  | 200        | 4,9              | 10,5        | 34,3        | 256                     | 472/1994               |
|                               | Напиток лимонный   | 200        | 0,2              | 0           | 25,6        | 103                     | 699/2004               |
|                               | Хлеб пшеничный   | 2/25       | 3,8              | 0,4         | 25,8        | 122                     | ТТК № 57               |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>800</b> | <b>39,1</b>      | <b>16,7</b> | <b>116</b>  | <b>743</b>              |                        |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                        |
| Обед                          | Борщ с капустой и картофелем                             | 250        | 8,5              | 5,5         | 13          | 151                     | 110/2004;              |
|                               | Фрикадельки в соусе                                      | 55/50      | 13,1             | 14,4        | 12,7        | 234                     | 481/1997               |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая                               | 180        | 10,4             | 10,3        | 50,7        | 308                     | 463/1994               |
|                               | Чай с сахаром  | 200        | 0,2              | 0           | 15          | 58                      | 628/1994               |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                     | 2/33       | 4,8              | 0,8         | 33,8        | 144                     | ТТК № 57               |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>801</b> | <b>22,9</b>      | <b>21</b>   | <b>95,3</b> | <b>629</b>              |                        |

\* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 75 рублей.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждено:  
Директор МАУ «Центр детского  
питания г. Йошкар-Ола»  
А.М. Волков



2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет  
Многодетные и ОВЗ

| Прием пищи                    | Наименование блюда  | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | № рецептуры  |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------|
|                               |   |            | Б                | Ж           | У            |                         |              |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша рисовая молочная   | 150        | 4,44             | 2,65        | 33,93        | 168                     | ТТК № 65     |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | АК Компот Южный   | 200        | 0,3              | 0           | 28           | 120                     | ТТК №1       |
|                               | Батончик Импульс  | 16         | 2                | 7           | 17,1         | 140                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>391</b> | <b>6,24</b>      | <b>9,85</b> | <b>91,93</b> | <b>489</b>              |              |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша пшеничная молочная   | 150        | 5,1              | 6,3         | 32,9         | 170                     | ТТК №64      |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Напиток из кураги   | 200        | 1,1              | 0           | 31,5         | 125                     | 638/2004     |
|                               | Напиток сокосодержащий в ассортименте                                 | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>575</b> | <b>14,1</b>      | <b>12,9</b> | <b>86,7</b>  | <b>476</b>              |              |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная                             | 150        | 6,6              | 4,62        | 30,3         | 157                     | Т4/2004      |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Чай с шиповником  | 200        | 0,4              | 0           | 18,8         | 81                      | ТТК № 46     |
|                               | Батончик Фитси мультизлак   | 22         | 1,33             | 2,6         | 12,9         | 80                      | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>397</b> | <b>10,23</b>     | <b>7,42</b> | <b>74,9</b>  | <b>379</b>              |              |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Макаронаты запеченные с сыром   | 180        | 9,82             | 7,5         | 44,09        | 284                     | ТТК №226     |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Чай с сахаром   | 200        | 0,2              | 0           | 15           | 58                      | 628/1994     |
|                               | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>605</b> | <b>17,92</b>     | <b>14,1</b> | <b>81,39</b> | <b>523</b>              |              |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша из смеси круп "Дружба"   | 150        | 3,54             | 5           | 25,2         | 152                     | ТТК № 345.24 |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Напиток лимонный  | 200        | 93               | 0,1         | 0            | 24                      | 699/2004     |
|                               | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>575</b> | <b>100,9</b>     | <b>11,7</b> | <b>47,5</b>  | <b>357</b>              |              |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:  
Директор Школы №

*[Signature]*



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского  
питания г. Йошкар-Ола»  
А.М. Волков

Усиленный завтрак  
(ВАРИАНТ) \*

| Прием пищи                    | Наименование блюда                     | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность | № рецептуры  |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|
|                               |  |            | Б                | Ж           | У           |                         |              |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |  |            |                  |             |             |                         |              |
| Завтрак                       | Гуляш из филе цыплят                   | 50/50      | 35               | 8,7         | 6,6         | 247                     | ТТК №20      |
|                               | Макаронные изделия отварные            | 160        | 6,07             | 7,03        | 40,2        | 250                     | 469/1994     |
|                               | Чай с лимоном                          | 200/7      | 0,3              | 0           | 15,2        | 60                      | 629/1994     |
|                               | Хлеб пшеничный                         | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК №57      |
|                               | Батончик Фитси мультизлак              | 22         | 1,33             | 2,6         | 12,9        | 80                      | ТН           |
| <b>Итого за завтрак</b>       |  | <b>514</b> | <b>44,6</b>      | <b>18,5</b> | <b>87,8</b> | <b>698</b>              |              |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |              |
| Завтрак                       | Птица отварная (бедро)                 | 90         | 14,6             | 4,5         | 0,4         | 186                     | ТТК № 66     |
|                               | Рис отварной                           | 150        | 3,4              | 6           | 37,5        | 207                     | 465/1994     |
|                               | АК кисель яблочный                     | 200        | 0,1              | 0           | 27,5        | 107                     | ТТК № 429    |
|                               | Хлеб пшеничный                         | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК №57      |
|                               | Корж молочный                          | 75         | 4,8              | 8,5         | 48,4        | 288                     | 102/1999     |
| <b>Итого за завтрак</b>       |  | <b>540</b> | <b>24,8</b>      | <b>19,2</b> | <b>127</b>  | <b>849</b>              |              |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |  |            |                  |             |             |                         |              |
| Завтрак                       | Филе цыпленка, запеченное с помидорами | 80         | 15,5             | 11,1        | 2,2         | 172                     | ТТК № 35     |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая             | 170        | 9,75             | 9,71        | 47,7        | 290                     | 463/1994     |
|                               | АК Чай с сахаром                       | 200        | 0,2              | 0           | 15          | 58                      | 628/1994     |
|                               | Хлеб пшеничный                         | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Пирожное бисквитное "Тими"             | 30         | 1,5              | 4,8         | 16,8        | 147                     | ТН           |
| <b>Итого за завтрак</b>       |  | <b>505</b> | <b>28,9</b>      | <b>25,8</b> | <b>94,6</b> | <b>728</b>              |              |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |              |
| Завтрак                       | Котлеты Домашние                       | 60         | 7,5              | 8,4         | 11,6        | 153                     | 271/2/2005   |
|                               | Соус основной красный                  | 40         | 0,92             | 1,2         | 3,07        | 25                      | 528/3/1994   |
|                               | Картофельное пюре                      | 160        | 3,51             | 7,48        | 24,2        | 181                     | 472/1994     |
|                               | АК Компот из свежих яблок              | 200        | 0,2              | 0           | 37,6        | 106                     | 585/1994     |
|                               | Хлеб пшеничный                         | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Кекс Столичный                         | 75         | 4,7              | 16,3        | 25,1        | 310                     | 82(425)/1999 |
| <b>Итого за завтрак</b>       |  | <b>560</b> | <b>18,7</b>      | <b>33,6</b> | <b>114</b>  | <b>836</b>              |              |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |  |            |                  |             |             |                         |              |
| Завтрак                       | Крокеты с кабачками тушеные            | 40         | 6,9              | 6,4         | 2,3         | 87                      | ТТК №53      |
|                               | Соус основной красный                  | 60         | 1,38             | 1,8         | 4,6         | 38                      | 528/3/1994   |
|                               | Рис отварной                           | 160        | 3,6              | 6,3         | 39,8        | 220                     | 465/1994     |
|                               | АК Компот Южный                        | 200        | 0,3              | 0           | 28          | 120                     | ТТК №1       |
|                               | Хлеб пшеничный                         | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9        | 61                      | ТТК №57      |
|                               | Пирожное бисквитное "Тими"             | 30         | 1,5              | 4,8         | 16,8        | 147                     | ТН           |
| <b>Итого за завтрак</b>       |  | <b>515</b> | <b>15,6</b>      | <b>19,5</b> | <b>104</b>  | <b>673</b>              |              |

\* Стоимость 1 комплекса усиленного завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 75 рублей.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:  
Директор Школы № 20



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Ола» А.М. Волков

Полдник от 7 до 12 лет  
Многодетные и ОВЗ

| Прием пищи                    | Наименование блюда  | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | № рецептуры  |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------|
|                               |   |            | Б                | Ж           | У            |                         |              |
| <b>Понедельник 03.10.2022</b> |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша рисовая молочная   | 150        | 4,44             | 2,65        | 33,93        | 168                     | ТТК № 65     |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | АК Компот Южный   | 200        | 0,3              | 0           | 28           | 120                     | ТТК №1       |
|                               | Батончик Импульс  | 16         | 2                | 7           | 17,1         | 140                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>391</b> | <b>6,24</b>      | <b>9,85</b> | <b>91,93</b> | <b>489</b>              |              |
| <b>Вторник 04.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша пшеничная молочная   | 150        | 5,1              | 6,3         | 32,9         | 170                     | ТТК №64      |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Напиток из кураги   | 200        | 1,1              | 0           | 31,5         | 125                     | 638/2004     |
|                               | Напиток сокосодержащий в ассортименте                                 | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>575</b> | <b>14,1</b>      | <b>12,9</b> | <b>86,7</b>  | <b>476</b>              |              |
| <b>Среда 05.10.2022</b>       |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная                             | 150        | 6,6              | 4,62        | 30,3         | 157                     | Т4/2004      |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Чай с шиповником  | 200        | 0,4              | 0           | 18,8         | 81                      | ТТК № 46     |
|                               | Батончик Фитси мультизлак   | 22         | 1,33             | 2,6         | 12,9         | 80                      | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>397</b> | <b>10,23</b>     | <b>7,42</b> | <b>74,9</b>  | <b>379</b>              |              |
| <b>Четверг 06.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Макароны запеченные с сыром   | 180        | 9,82             | 7,5         | 44,09        | 284                     | ТТК №226     |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Чай с сахаром   | 200        | 0,2              | 0           | 15           | 58                      | 628/1994     |
|                               | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>605</b> | <b>17,92</b>     | <b>14,1</b> | <b>81,39</b> | <b>523</b>              |              |
| <b>Пятница 07.10.2022</b>     |   |            |                  |             |              |                         |              |
| Полдник                       | Каша из смеси круп "Дружба"   | 150        | 3,54             | 5           | 25,2         | 152                     | ТТК № 345.24 |
|                               | Хлеб пшеничный  | 25         | 1,9              | 0,2         | 12,9         | 61                      | ТТК № 57     |
|                               | Напиток лимонный  | 200        | 93               | 0,1         | 0            | 24                      | 699/2004     |
|                               | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200        | 6                | 6,4         | 9,4          | 120                     | ТН           |
| <b>Итого за полдник</b>       |   | <b>575</b> | <b>100,9</b>     | <b>11,7</b> | <b>47,5</b>  | <b>357</b>              |              |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля