

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



Handwritten signature in blue ink over a blue circular stamp. The stamp contains the text: "Муниципальное автономное учреждение «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»" and "г. Йошкар-Олы".

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



Handwritten signature in blue ink over a blue circular stamp. The stamp contains the text: "Муниципальное автономное учреждение «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»" and "г. Йошкар-Олы".

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Завтрак от 7 до 12 лет

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Завтрак от 7 до 12 лет

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	10,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	170/4	6,0	9,1	46,5	269,5	469/1994
	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
Итого		506,0	18,7	19,3	74,8	587,5	
Вторник							
Завтрак	Птица запеченная (голень)	90	10,6	10,0	0,2	173,7	ТТК№4.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/8	5,5	9,3	36,5	226,0	463/1994,14/2005
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		509,0	19,2	19,7	82,6	586,7	
Среда							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	337/2004
	Каша рисовая молочная	150	4,5	3,7	34,4	171,0	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	18,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		620,0	18,25	17,5	75,05	572,0	
Четверг							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом красным основным	90(60/30)	11,3	7,2	13,8	164,5	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	8,4	21,9	164,0	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
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	13,3	70,0	ТН
Итого		675,0	16,8	16,8	72,2	586,5	
Пятница							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	15,4	16,8	37,0	330,0	ТТК№2/2
	АК Компот из свежих груш	200	0,2	0	17,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Пряник	1/42	1,9	1,8	15,2	81,0	ТН
Итого		507,0	19,2	18,8	82,7	587,0	

Вторая неделя

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/3	6,6	8,4	51,1	271,5	463/1994,14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		508,0	19,2	19,6	79,2	587,5	
Вторник							
Завтрак	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (60/30)	8,1	10,3	9,4	174,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	180	4,5	6,5	27,1	175,5	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	11,6	126,0	704/1994
	Пряник	1/42	1,9	1,8	12,8	40,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого:		537,0	18,1	19,0	77,8	587,5	
Среда							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	337/2004
	Подкоголи с картофелем с маслом сливочным	170/5	7,5	11,0	19,9	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	6,8	70,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		590,0	15,8	15,8	67,9	587,0	
Четверг							
Завтрак	Жаркое «Сюрприз»	260 (55/205)	16,3	15,9	41,3	364,0	ТТК№30
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	11	0,2	2,4	7,0	41,0	ТН
Итого		502,0	19,2	18,7	83,0	554,0	
Пятница							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	100(50/50)	8,4	8,2	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	8,4	21,3	263,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	13,3	70,0	ТН
Итого		705,0	16,8	16,8	72,2	587,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025
завтрак от 12 лет и старше за родительскую плату
Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше лет

Первая неделя

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	10,0	0,2	197,0	ТТК№100, 1
	Макаронные изделия отварные	230	8,1	11,7	54,1	338,0	469/1994
	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
Итого:		562,0	20,8	21,9	82,4	656,0	
Вторник							
Завтрак	Птица запеченная (голень) с соусом красным основным	90/30	25,7	17,5	0,4	193,0	ТТК № 4.1 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	210	12,2	10,9	59,6	391,0	463/1994
	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
Итого:		555,0	40,6	28,6	102,9	764,0	
Среда							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	13,5	120,0	2/2004
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша рисовая молочная, масло сливочное	220/10	6,7	6,6	50,50	288,0	T4/2004, 14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		551,0	20,7	20,9	112,7	729,0	
Четверг							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (50/50)	9,8	6,8	11,0	146,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,2	10,0	29,1	218,0	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	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		556,0	18,6	18,4	79,2	620,0	
Пятница							
Завтрак	Гарнировка: огурцы свежие	100	0,6	0,1	3,6	15,0	ТН
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	15,4	17,9	37,0	349,0	ТТК №2/2
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
Итого		550,0	20,0	18,4	81,4	544,0	

Вторая неделя

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	6,5	7,6	17,7	257,0	463/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		550,0	18,1	20,8	67,6	573,0	
Вторник							
Завтрак	Котлеты «Особая», соус основной красный	100 (50/50)	8,09	9,1	13,8	170,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	220	7,3	8,8	53,9	321,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		551,0	18,8	18,3	115,2	685,0	
Среда							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	337/2004
	Подкоголи картофелем с маслом сливочным	170/5	7,5	11,0	28,0	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	14,0	70,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		590,0	16,0	16,0	83,0	587,0	
Четверг							
Завтрак	Гарнировка: капуста тушенная	100	2,5	4,6	10,7	94,0	214/2004
	Жаркое «Сюрприз»	50/150	12,0	13,7	30,3	280,0	ТТК№30
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
Итого		550,0	18,7	18,7	85,6	577,0	
Пятница							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	100(50/50)	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	190	6,6	10,9	44,6	280,0	469/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		553,0	19,5	18,4	93,5	585,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

 А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

2 завтрак от 7 до 12 лет – многодетные, ОВЗ

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

2 завтрак от 7 до 12 лет ОБЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
2 завтрак	Подкоголи с картофелем, масло сливочное	170/9	7,5	13,1	28,0	302,6	ТТК 99.2 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,2	8,8	17,3	166,0	ТН
Итого		409,0	8,8	21,9	70,2	565,6	
Вторник							
2 завтрак	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	31,7	12,63	31,8	302,6	362/2004
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого:		570,0	33,1	12,83	70,6	465,6	
Среда							
2 завтрак	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/40	7,8	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша пшенная вязкая	160	4,5	7,2	25,6	187,2	Т4/2004
	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
	Фрукт: апельсин свежий	1шт(150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		625,0	16,2	14,4	91,7	607,2	
Четверг							
2 завтрак	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/10	2,0	11,0	37,4	180,0	ТТК№51
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	-	18,9	78,0	ТН
Итого		760,0	9,4	17,4	95,7	497,0	
Пятница							
2 завтрак	Манник	200	10,4	23,3	92,4	459,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	60	0,1	-	26,0	99,6	ТТК№25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	-	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: груша свежая	1 шт(150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		610,0	11,4	23,9	164,0	743,6	

Вторая неделя

2 завтрак от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
2 завтрак	Пельмени отварные, масло сливочное	200/6	15,5	11,1	29,7	289,0	719/2004 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		431,0	17,8	11,3	61,4	431,0	
Вторник							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/20	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106,0	585/3/1994
	Нектар фруктовый ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого:		560,0	14,5	15,7	79,8	433,6	
Среда							
2 завтрак	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	130/10	1,5	7,5	26,3	129,0	ТТК№51
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		697,0	9,6	14,3	67,1	395,0	
Четверг							
2 завтрак	Манник	200	10,4	23,3	92,4	459,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	0,1	0	21,7	83,0	ТТК№25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: груша свежая	1/150	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		600,0	11,4	23,9	159,7	727,0	
Пятница							
2 завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК №52 528/3/1994
	Рис отварной, масло сливочное	180/4	4,5	9,3	48,6	305,0	465/1994, 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		499,0	15,5	16,0	96,6	611,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025
Обед от 12 лет и старше за родительскую плату
Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Первая неделя

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	10,4	9,8	29,1	218,0	139/2004
	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,8	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной	200	5,0	10,6	54,0	306,0	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	28,5	27,6	152,9	937,0	
Вторник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	13,1	11,3	35,2	245,0	140/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (50/50)	9,8	6,8	11,0	146,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,8	8,9	26,3	238,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		806,0	31,0	27,6	116,3	816,0	
Среда							
Обед	Борщ «Сибирский» на к/б	250	7,6	9,9	20,2	184,0	111/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (50/50)	8,4	8,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	195	6,6	8,2	45,8	327	469/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	27,0	27,6	114,9	816,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	9,3	8,6	30,6	200,0	Т1/3/1994 133/2004
	Котлеты домашние, соус красный основной	100 (50/50)	8,0	9,28	14,2	174,0	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,5	9,3	51,0	335,0	463/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	32,3	27,8	143,4	919,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	16,4	10,6	14,1	170,0	134/2004 Т-17/1994
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	22,4	5,6	4,4	158,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	10,8	43,5	268,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	49,6	27,6	118,8	845,0	

Вторая неделя

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	7,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	240 (50/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№2
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	29,7	25,1	126,5	862,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	9,5	8,9	20,0	194,0	132/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,0	8,5	10,2	148,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	4,0	9,6	43,2	285,0	472/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		803,0	27,0	27,6	117,4	816,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	4,4	7,4	14,5	150,0	110/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	29,6	27,6	114,9	816,0	
Четверг							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	9,7	10,7	38,8	235,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	180	6,8	10,4	44,1	271,0	463/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	31,2	27,6	153,8	890,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	10,1	9,6	20,0	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	299,0	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	29,8	27,8	120,1	816,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Обед от 12 лет и старше -многодетные, овз

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Первая неделя

Обед от 12 лет и старше - многодетные, ОВЗ

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	10,4	7,8	29,1	218,0	139/2004
	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,8	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной, масло сливочное	190/4	4,9	12,6	44,3	282,0	465/1994, 14/2005
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		800,0	28,5	27,6	143,2	913,0	
Вторник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями отварными, цыпленок отварной	250/20	13,1	11,3	35,2	245,0	140/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (70/30)	9,8	8,2	14,1	177,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/10	4,4	14,3	38,0	447,0	472/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Итого:		811,0	29,8	34,2	118,2	995,0
Среда							
Обед	Борщ «Сибирский», фрикадельки мясные	250/20	12,2	12,0	20,8	224,0	111/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	120 (70/50)	9,9	9,6	5,9	139,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	265,0	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета в ассортименте (Бон тайм)	1/20	0,5	2,8	15,8	90,0	ТН
Итого		808,0	31,5	32,2	115,9	846,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	9,3	8,6	30,6	200,0	Т13/1994 133/2004
	Котлеты домашние с соусом красным основным	100 (70/30)	8,1	13,6	10,8	204,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/10	10,5	14,6	51,1	338,0	463/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		816,0	32,5	37,4	140,1	952,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	10,0	10,6	14,1	170,0	134/2004 Т-17/1994
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	24,6	7,0	4,8	174,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	230	8,1	9,4	54,1	338,0	469/1994
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		866,0	47,2	27,6	129,8	931,0	

Вторая неделя

Обед от 12 лет и старше -,многодетные,ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	7,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	245 (55/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№2
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		806,0	29,7	25,1	126,5	862,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	9,5	8,9	20,0	194,0	132/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№52 528/3/1994
	Картофельное пюре	220	4,6	11,1	50,0	330,0	472/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		833,0	27,6	27,1	124,2	861,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	5,9	9,5	14,7	190,0	110/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	210	7,4	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		836,0	31,5	29,7	115,1	856,0	
Четверг							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	9,7	10,7	38,8	235,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	70/30	9,8	8,2	14,1	177,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	210	5,3	8,4	47,7	304,0	463/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	1,2	2,9	7,2	82,0	ТН
Итого		864,0	31,4	30,8	168,2	1053,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	10,1	9,6	20,0	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	60/40	8,6	11,6	10,4	185,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	190/7	11,1	13,5	54,0	405,0	463/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	13,3	70,0	ТН
Итого		998,0	32,3	35,1	128,6	960,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20



Handwritten signature in blue ink over a circular official stamp. The stamp contains the text: "РЕСПУБЛИКА МАРИЙСКАЯ", "ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ", "ШКОЛА № 20", "г. Йошкар-Ола".

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



Handwritten signature in blue ink over a circular official stamp. The stamp contains the text: "РЕСПУБЛИКА МАРИЙСКАЯ", "МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ", "ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ", "Г.ЙОШКАР-ОЛЫ", "РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ", "ИНН 1200022227".

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Обед от 12 лет и старше -сво

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Первая неделя

Обед от 12 лет и старше -СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	10,4	9,8	29,1	218,0	139/2004
	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,8	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной	200	5,0	10,6	54,0	306,0	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	28,6	27,6	152,9	937,0	
Вторник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями отварными, цыпленок отварной	250/20	13,1	11,3	35,2	245,0	140/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (70/30)	9,8	8,2	14,1	177,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/4	4,2	9,0	37,8	299,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		805,0	29,6	28,9	118,0	847,0	
Среда							
Обед	Борщ «Сибирский», фрикадельки мясные	250/20	12,2	12,0	20,8	224,0	111/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	120 (70/50)	9,9	9,6	5,9	139,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	9,0	57,1	325,0	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		848,0	32,4	31,0	114,9	816,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	9,3	8,6	30,6	200,0	Т1/3/1994 133/2004
	Котлеты домашние с соусом красным основным	100 (70/30)	8,1	13,6	10,8	204,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/4	10,3	12,0	51,0	300,0	463/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		810,0	32,3	34,8	140,0	914,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	16,4	10,6	14,1	170,0	134/2004 Т-17/1994
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	22,4	7,0	4,4	158,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	9,4	51,7	323,0	469/1994
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		846,0	51,0	27,6	127,0	900,0	

Вторая неделя

Обед от 12 лет и старше -сво

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	7,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	245 (55/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№2
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		806,0	29,7	25,1	126,5	862,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский, фрикадельки мясные	250/20	9,5	8,9	20,0	194,0	132/2004, 112/2004
	Котлета рубленая из филе цыпленка с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	499/2004 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,6	11,1	50,0	330,0	472/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		813,0	27,6	27,1	124,2	861,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	5,9	9,5	14,7	190,0	110/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	195	7,4	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		821,0	31,5	29,7	115,1	856,0	
Четверг							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	9,7	10,7	38,8	235,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	70/30	9,8	8,2	14,1	177,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	210	5,3	8,4	47,7	304,0	463/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		836,0	30,2	27,9	161,0	971,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	10,1	9,6	20,0	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	8,6	11,6	10,4	185,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	190/4	11,1	13,5	54,0	405,0	463/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	13,3	70,0	ТН
Итого		995,0	32,3	35,1	128,6	960,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 10




УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»


 А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Полдник-ОВЗ

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7 лет и старше лет

Первая неделя

Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Печенье «Юбилей»	1/17	1,0	1,0	8,0	40,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
	Компот из свежих груш	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
Итого		367,0	3,0	1,4	51,8	241,0	
Вторник							
Полдник	Печенье Супер-контик	1/50	2,7	12,0	31,0	245,0	ТН
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
	Компот Южный	200	0,7	0	18,0	120,0	ТТК№1
Итого:		350,0	4,2	12,2	56,5	403,0	
Среда							
Полдник	Печенье Трио	1/45	2,2	7,2	30,2	194,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	ТН
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/1994
Итого		395,0	4,0	7,2	80,7	398,0	
Четверг							
Полдник	Конфета Марсианка	2/11	0,4	3,0	14,0	82,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
Итого		379,0	6,7	9,4	38,6	262,0	
Пятница							
Полдник	Батончик Фитси	1/22	0,6	0,5	5,7	60,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	ТН
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
Итого		372,0	1,8	0,5	49,4	235,0	

Вторая неделя

Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Батончик супер	1/40	0,8	6,2	30,6	176,0	ТН
	Компот из свежих груш	200	0,2	0	17,6	115,0	585/3/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		390,0	1,6	6,2	67,1	369,0	
Вторник							
Полдник	Печенье Трио	1/45	2,2	7,2	30,2	194,0	ТН
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Фрукт: мандарин свежий	1шт (1/100)	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
Итого:		345,0	4,4	9,0	58,1	335,0	
Среда							
Полдник	Конфета Марсианка	1/10	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Фрукт: груша свежая	1шт (1/150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		360,0	1,4	2,1	45,8	208,0	
Четверг							
Полдник	Вафли	1/28	1,2	2,9	7,2	82,0	ТН
	Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	-----	25,9	100,0	ТТК№37
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		378,0	3,16	3,3	49,3	268,0	
Пятница							
Полдник	Пряник	1/42	1,9	1,8	15,2	81,0	ТН
	Компот Южный	200	0,7	0	18,0	120,0	ТТК№1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		442,0	8,6	8,2	42,6	321,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 20

A blue circular stamp with text around the perimeter: "РЕСПУБЛИКА МАРИЙСКО-ЭЛЪ" and "МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ТИПА". In the center, it says "ШКОЛА № 20 г. Йошкар-Ола". A handwritten signature in blue ink is written over the stamp.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

A blue circular stamp with text around the perimeter: "РЕСПУБЛИКА МАРИЙСКО-ЭЛЪ" and "МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ". In the center, it says "ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ". A handwritten signature in blue ink is written over the stamp. To the right of the stamp, the name "А.В.Усков" is printed.

Перспективное десятидневное меню с 24.03.2025

Полдник от 7 до 12 лет – многодетные, ОВЗ

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ, многодетные

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Подкоголи с картофелем, масло сливочное	170/9	7,5	13,1	28,0	302,6	ТТК 99.2 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,2	8,8	17,3	166,0	ТН
Итого		409,0	8,8	21,9	70,2	565,6	
Вторник							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	31,7	12,63	31,8	302,6	362/2004
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого:		570,0	33,1	12,83	70,6	465,6	
Среда							
Полдник	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/40	7,8	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша пшениная вязкая	160	4,5	7,2	25,6	187,2	Т4/2004
	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
	Фрукт: апельсин свежий	1шт(150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		625,0	16,2	14,4	91,7	607,2	
Четверг							
Полдник	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/10	2,0	11,0	37,4	180,0	ТТК№51
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	-	18,9	78,0	ТН
Итого		760,0	9,4	17,4	95,7	497,0	
Пятница							
Полдник	Манник	200	10,4	23,3	92,4	459,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	60	0,1	-	26,0	99,6	ТТК№25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	-	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: груша свежая	1 шт(150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		610,0	11,4	23,9	164,0	743,6	

Вторая неделя

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Пельмени отварные, масло сливочное	200/6	15,5	11,1	29,7	289,0	719/2004 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		431,0	17,8	11,3	61,4	431,0	
Вторник							
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/20	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106,0	585/3/1994
	Нектар фруктовый ассорти	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого:		560,0	14,5	15,7	79,8	433,6	
Среда							
Полдник	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	130/10	1,5	7,5	26,3	129,0	ТТК№51
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		697,0	9,6	14,3	67,1	395,0	
Четверг							
Полдник	Манник	200	10,4	23,3	92,4	459,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	0,1	0	21,7	83,0	ТТК№25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: груша свежая	1/150	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		600,0	11,4	23,9	159,7	727,0	
Пятница							
Полдник	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК №52 528/3/1994
	Рис отварной, масло сливочное	180/4	4,5	9,3	48,6	305,0	465/1994, 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		499,0	15,5	16,0	96,6	611,0	