

Составлено:

Директор Школы № 20

Составитель: [подпись]

г. Йошкар-Ола

№ 20

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

[подпись]

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

г. Йошкар-Ола

Завтрак 1-4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.10.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервиров.	50	1	0	5,4	30	ТТК №41
	Котлета рубленая из цыплят	80	15,6	9,2	7,6	92	499/2004
	Макаронные изделия	150	5,7	6,6	37,8	235	469/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		538	23,1	15,8	80,8	476	
Вторник 26.10.2021 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с сыром	25/5/20	5,1	7,5	7,5	118	3/2005
	Каша пшеничная с сахаром	200	8,72	2,88	46,08	218	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		502	19,25	19,08	69,13	496	
Среда 27.10.2021 г.							
Завтрак	Пудинг из творога (запеченый)	150	45,3	16,4	31,1	350	362/2004
	Сладкая подлива	15	0,04	0	6,5	21,75	ТТК №25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК №37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		623	49,74	17	93	603,75	
Четверг 28.10.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : огурец свежий	30	0,1	0	0,7	3	Т-24/2004
	Котлета рыбная (филе трески)	90	15,6	9,3	14,9	201	302/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	21,84	163	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого за завтрак		533	23,43	20,8	82,29	595	
Пятница 29.10.2021 г.							
Завтрак	Тефтели с соусом сметанным и том.	60/30	11	15,56	16,16	245	423/1994; 601/2004
	Рис отварной	150	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Сок в ассор.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		698	28,7	33,26	118,86	867	

Согласовано:
Директор

№ 20
г. Йошкар-Ола

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

А.М. Волков

Завтрак 5-11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.10.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	50	1	0	5,4	30	ТТК №41
	Котлета рубленая из цыплят	80	15,6	9,2	7,6	92	499/2004
	Макаронные изделия	200	7,6	8,8	50,4	313	469/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		588	29,3	18,6	123,2	687	
Вторник 26.10.2021 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с сыром	25/5/20	5,1	7,5	7,5	118	3/2005
	Каша пшеничная с сахаром	250	10,9	3,6	57,6	273	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		552	21,43	19,8	80,65	551	
Среда 27.10.2021 г.							
Завтрак	Пудинг из творога (запеченый)	150	45,3	16,4	31,1	350	362/2004
	Сладкая подлива	40	0,11	0	17,35	58	ТТК №25
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК №37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		648	55,81	23,4	113,25	760	
Четверг 28.10.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : огурец свежий	30	0,1	0	0,7	3	Т-24/2004
	Котлета рыбная (филе трески)	90	15,6	9,3	14,9	201	302/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,04	29,13	218	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого за завтрак		583	24,53	23,04	89,58	650	
Пятница 29.10.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	30	0,96	0	1,8	12	ТТК №40
	Тефтели с соусом сметанным и томатным	70/30	12	16,46	16,16	252	423/1994; 601/2004
	Рис отварной	200	3,7	6,3	39,2	227	465/1994
	Какао с молоком	200	4,9	5,9	32,5	190	693/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		588	25,86	29,26	119,46	814	

Согласовано:

Директор Школы № 20

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Утверждаю:

А.М.Волков

Обед 5-11 (68)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 25.10.2021 г.						
	Гарнировка :горошек зеленый консерв	40	1,28	0	2,4	16	ТТК №40
	Суп крестьянский с крупой на косте	250	11,5	7,4	13	154	134/2004
	Биточки	60	9,5	8,6	9,6	155	473/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,2	9,2	30,6	234	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		833	34,88	26	113,3	811	
	Вторник 26.10.2021 г.						
	Борщ Сибирский на костном бульон	250	18,4	5,5	17,5	199	113/1994
	Рыба тушеная с овощами	50/50	15	10,9	7,9	190	309/2004; 601/2004
	Пюре картофельное	200	4,25	9	29,1	218	472/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		833	45,25	27,8	117,6	904	
	Среда 27.10.2021 г.						
	Суп картофельный с крупой/цыплен	235/15	16,38	4,25	12,5	172	138/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Рис отварной	200	4,68	8	49,1	347	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		833	56,36	20,05	141,1	1036	
	Четверг 28.10.2021 г.						
	Гарнировка: икра морковная	30	0,5	1,5	2,3	25	78/2004
	Молочный суп с макаронными изде	250	5	2,6	21,2	149	160/2004
	Шницель натуральный рубленый	90	23,4	25,2	7,2	340	450/2004
	Каша гречневая вязкая	200	6,4	9,6	31,6	242	463,464/1994
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		853	41,7	39,7	130,6	1053	
	Пятница 29.10.2021 г.						
	Гарнировка : кукуруза консервиров	30	0,6	0	3,3	18	ТТН № 41
	Суп картофельный/рыбная консерв	235/15	8,6	4,5	22,5	189	Т1/3/1994
	Котлета рубленая из цыплят	90	17,7	1,6	8	216	499/2004
	Макаронные изделия отварные	200	7,5	8,8	50,1	313	469/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		853	40,9	15,7	154,6	1050	

Директор Школы № 20



Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

Утверждаю:

А.М.Волков



Полдник 1-4 класс М/Д ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 25.10.2021 г.						
Полдник	сосиска в тесте	50/50	12	13,1	29,9	285	701/1994
	Вафли джумка	37	1,85	8,8	23	118	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		337	12	13,1	29,9	285	
	Вторника 26.10.2021 г.						
Полдник	Хачапури	100	16,2	16,1	39,8	369	ТТК №18
	Сок фруктовый в асс.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	22,2	22,5	49,2	489	
	Среда 27.10.2021 г.						
Полдник	Котлета в тесте с говядиной	100	14,2	12	38	311	701/1994
	Напиток сокосодержащий Фруктик	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	20,2	18,4	47,4	431	
	Четверг 28.10.2021 г.						
Полдник	Гурбинка	100	3,6	5,8	20,2	165	ТТК №21
	Сок фруктовый в асс.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	3,6	5,8	20,2	165	
	Пятница 29.10.2021 г.						
Полдник	Пироженое детские	100	10	10	33	259	695/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		330	16	16,4	42,4	379	