



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

Полдник ОБЗ

Присм пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергет ическая плотность	№ рецептуры
		Вес блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Полдник	Печенье "Юбилей"	4/17	1,30	3,10	11,40	79,00	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
Итого		425,0	2,20	3,10	38,60	209,00	
Вторник 14.10.2025							
Полдник	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
Итого:		442,0	7,80	12,40	38,20	240,00	
Среда 15.10.2025							
Полдник	Печенье «Юбилей»	4/17	1,30	3,10	11,40	79,00	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
Итого		425,0	2,20	3,10	38,60	209,00	
Четверг 16.10.2025							
Полдник	Печенье «Супер-контик»	1/50	2,80	13,00	31,00	232,00	ТН
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		450,0	3,40	13,00	60,00	393,00	
Пятница 17.10.2025							
Полдник	Печенье "Юбилей"	2/17	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
Итого		434,0	7,80	12,40	38,20	240,00	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль



Согласовано
Директор Школы № 1



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

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Принем пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергет ическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Полдник	Пельмени отварные с маслом сливочным	200/10	25,00	18,60	59,40	527,00	664/1994
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого		460,0	27,30	18,80	91,10	669,00	
Вторник 14.10.2025							
Полдник	Запеканка из творога с соусом сладким	140/50	20,10	13,40	21,70	328,00	366/2004 ТТК№67
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Фрукт :яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого:		540,0	20,90	13,40	48,70	456,00	
Среда 15.10.2025							
Полдник	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Рис отварной, масло сливочное	200/9	5,00	12,20	54,00	343,00	465/1994 142005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,60	0,00	12,00	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого		534,0	18,00	23,40	79,10	681,00	
Четверг 16.10.2025							
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180,00	9,80	7,50	44,00	284,00	ТТК№226
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
	Фрукт: груша свежая	1шт (200)	0,72	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		580,0	15,52	13,90	65,40	474,00	
Пятница 17.10.2025							
Полдник	Гарнировка: помидор свежий	60	0,60	0,10	2,30	10,80	ТН
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,40	6,00	36,90	205,00	ТТК№58
	Напиток ягодный(черноплодная рябина)	200	0,60	0,00	24,80	97,00	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		715,0	19,10	14,50	100,20	608,20	

*Стоимость 1 комплекса на 1 учащегося составляет 82 рубля



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

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	200	4,10	4,20	10,00	114,00	132/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным	100 (50/50)	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/10	6,80	10,90	42,50	281,00	469/1994, 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,00	68,00	ТТК№54
Итого		748,0	25,20	23,90	101,90	768,40	
Вторник 14.10.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,20	5,90	11,50	129,00	124/2004, Т17/1994
	Сосиска отварная	100	9,50	8,30	0,20	197,00	ТТК №100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/7	5,80	7,40	40,00	200,00	ТТК №58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,00	4,40	9,40	60,00	ТН
Итого:		985,0	26,90	26,74	109,40	797,00	
Среда 15.10.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,60	6,50	13,20	150,00	133/2004 Т17/3/1994
	Котлеты	90	10,20	9,40	10,30	200,10	473/1997
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/10	6,80	10,90	42,50	281,00	469/1994, 14/2005
	АКЧай с лимоном	200/7	0,15	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		775,0	26,85	27,40	110,00	820,10	
Четверг 16.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	200	5,80	6,20	25,20	147,00	140/2004
	Жаркое "Сюрприз"	55/190	16,70	17,20	32,40	343,00	ТТК№30
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,00	15,00	77,00	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,20	15,90	68,00	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		828,0	25,50	23,60	100,50	705,00	
Пятница 17.10.2025							
Обед	Гарнировка: огурец свежий	1/60	0,48	0,06	2,16	9,00	ТН
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	5,30	7,20	19,80	214,00	132/2004 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,00	17,90	35,00	254,50	ТТК №2/2
	Компот яблочный	200	0,90	0,00	13,00	75,00	ТТК№68
	Хлеб пшеничный	2/25	2,80	0,40	15,00	122,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,50	80,00	ТН
Итого		1003,0	26,88	25,96	111,36	822,50	

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



Согласовано
Директор Школы

г. Йошкар-Ола



Утверждаю

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энерге- тическ ая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основн	100 (50/50)	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52, 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/5	6,80	10,90	42,50	281,00	469/1994 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого		520,0	18,90	19,30	76,90	586,40	
Вторник 14.10.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,50	8,30	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	4,40	6,00	36,00	187,00	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,00	4,40	9,40	60,00	ТН
Итого:		708,00	19,10	19,04	78,00	587,00	
Среда 15.10.2025							
Завтрак	Сырники из рикотты, соус сладкий	190,0	15,80	15,40	48,60	348,00	ТТК№72, 67
	Кофейный напиток	200	1,40	1,60	10,40	103,00	762/3/1997
	Фрукт: груши свежие	1 шт (1/200)	0,72	0,28	12,00	114,00	ТН
Итого		590,0	17,92	17,28	71,00	565,00	
Четверг 16.10.2025							
Завтрак	Жаркое "Сюрприз"	55/190	16,00	17,20	32,40	343,00	ТТК№30
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,00	15,00	77,00	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Фрукт:яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		628,0	19,00	17,60	75,30	558,00	
Пятница 17.10.2025							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60,0	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,00	17,90	35,00	254,40	ТТК№2/2
	Компот яблочный	200	0,90	0,00	13,00	75,00	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,50	80,00	ТН
Итого		733,0	18,78	18,36	76,56	486,4	

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



Утверждаю

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

Завтрак от 12 лет и старше -родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Завтрак	Котлетная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	220	7,70	10,00	43,20	323,00	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,20	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	12,30	68,00	ТТК№54
Итого		553,00	20,10	18,60	79,00	613,40	
Вторник 14.10.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,50	15,70	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая	210	6,40	2,20	41,00	243,00	ТТК58
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		543,00	19,40	18,44	76,60	590,00	
Среда 15.10.2025							
Завтрак	Яйцо отварное	1 шт (40)	5,10	4,60	0,30	63,00	324/1997
	Вареники с картофелем, масло сливочное	170/7	11,50	13,80	41,90	343,00	ТТК№69, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,60	0,00	12,00	80,00	ТН
Итого		617,0	17,40	18,40	69,20	544,00	
Четверг 16.10.2025							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	100	0,80	0,10	3,60	15,00	ТН
	Жаркое "Сюрприз"	40/160	13,20	17,20	28,30	319,00	ТТК№30
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	13,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	1,30	0,40	12,30	122,00	ТТК№54
Итого		557,0	17,90	18,10	73,30	574,00	
Пятница 17.10.2025							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,40	17,90	37,00	349,00	ТТК№2/2
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,40	12,90	84,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,80	0,30	13,30	53,00	ТН
Итого		665,0	18,30	18,60	78,20	544,00	

*Стоимость одного комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории 12 лет и старше составляет 84 рубля



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

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием тищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергети ческая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,20	7,10	20,00	143,00	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,00	8,40	4,80	174,00	ТТК№20
	Рис отварной	220	5,50	11,90	59,40	336,00	465/1994
	й с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
Итого		838,0	27,20	28,00	131,80	863,00	
Вторник 14.10.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/10	5,00	6,90	21,40	152,00	124/2004, Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,40	11,60	13,20	213,00	ТТК№60
	Картофельное пюре	200/5	4,30	11,60	39,70	264,00	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		823	27,00	30,70	118,10	816,00	
Среда 15.10.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,60	7,00	24,90	200,00	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	220/6	7,70	11,60	51,70	360,00	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		861,0	33,80	32,80	136,90	1009,00	
Четверг 16.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,80	9,20	35,90	175,00	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,00	8,20	11,30	165,00	ТТК№52, 528//3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	5,10	10,30	47,40	231,00	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		848,0	28,40	28,30	142,20	781,00	
Пятница 17.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,60	9,50	16,60	218,00	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные	200	7,00	7,60	47,00	286,00	465/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		808,0	29,40	28,70	102,80	910,00	

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



Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.В.Уско

Обед от 12 лет и старше - СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетич еская	№ ре
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 13.10.2025							
Обел	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,20	7,10	20,00	143,00	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,00	8,40	4,80	174,00	ТТК№20
	Рис отварной	220	5,55	11,90	59,40	336,00	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
Итого		838,0	27,25	28,00	131,80	863,00	
Вторник 14.10.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/10	5,00	6,90	21,40	152,00	124/2004, Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,40	11,60	13,20	213,00	ТТК№60
	Картофельное пюре	200/5	4,30	11,60	39,70	264,00	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		821	27,00	30,70	118,10	816,00	
Среда 15.10.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,60	7,00	24,90	200,00	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	220/6	7,70	11,60	51,70	360,00	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		861,0	33,80	32,80	136,90	1009,00	
Четверг 16.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,80	9,20	35,90	175,00	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,00	8,20	11,30	165,00	ТТК№52, 528//3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	6,60	11,46	39,80	311,20	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		811,0	29,90	29,46	134,60	861,20	
Пятница 17.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,60	9,50	16,60	218,00	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные	200	7,00	7,60	47,00	293,00	469/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,80	0,30	13,30	53,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		808,0	30,00	29,00	105,90	890,00	

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