



Согласовано

Директор Школы № 20



Утверждено

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»

А.В.Усков

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024							
Полдник	Гарнировка: Огурец свежий	60	0,4	0,06	1,1	6,6	ТТК№71
	Макаронны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Конфета «Фитси» мультизлаки в ассортименте	1/20	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
Итого		535,0	18,7	23,1	98,2	683,6	
Вторник 19.11.2024							
Полдник	Запеканка творожная с морковью со сгущенным молоком	120/10	14,3	15,7	26,2	267,6	ТТК
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого:		530,0	20,4	22,1	60,5	484,6	
Среда 20.11.2024							
Полдник	Бифштекс рубленый Детский тушеный с соусом основным красным	40/60	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		655,0	20,5	16,1	114,3	704,0	
Четверг 21.11.2024							
Полдник	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Нектар фруктовый	1/0,2	6	6,4	9,4	120,0	ТН
	Конфета Марсианка	1шт	50,2	28,0	50,0	210,0	ТН
Итого		630	66,7	53,5	170,7	860,0	
Пятница 22.11.2024							
Полдник	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	50/40	9,22	5,2	15,56	195,3	ТТК№48 528/3/1994
	Рис отварной	160	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		675	21,7	17,4	72,9	711,3	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано

Директор Школы № 20

Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков



Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная	150	4,35	4,35	24,75	155,0	ТТК№231
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		375	6,55	4,55	65,65	336,0	
Вторник 19.11.2024							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157,0	T4/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого:		375	8,7	4,82	58,2	276,0	
Среда 20.11.2024							
Полдник	Каша гречневая вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	ТТК№58
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		425	8,18	3,35	70,6	355,0	
Четверг 21.11.2024							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная	150	4,35	4,35	24,75	155,0	ТТК№231
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		375	6,45	4,55	52,65	274,0	
Пятница 22.11.2024							
Полдник	Каша гречневая вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	ТТК№58
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		425	8,18	3,35	70,6	355,0	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 7 рублей



Согласовано

И.о. Директор Школы № 10

ИЗЯ Т.Б. Зарина

Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»

А.В.Усков

2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет ОБЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024							
2 завтрак	Гарнировка: Огурец свежий	60	0,4	0,06	1,1	6,6	ТТК№71
	Макаронны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Конфета «Фитси» мультизлаки в ассортименте	1/20	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
Итого		535,0	18,7	23,1	98,2	683,6	
Вторник 19.11.2024							
2 завтрак	Запеканка творожная с морковью со сгущенным молоком	120/10	14,3	15,7	26,2	267,6	ТТК
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого:		530,0	20,4	22,1	60,5	484,6	
Среда 20.11.2024							
2 завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушенный с соусом основным красным	40/60	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		655,0	20,5	16,1	114,3	704,0	
Четверг 21.11.2024							
2 завтрак	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Нектар фруктовый	1/0,2	6	6,4	9,4	120,0	ТН
	Конфета Марсианка	1шт	50,2	28,0	50,0	210,0	ТН
Итого		630	66,7	53,5	170,7	860,0	
Пятница 22.11.2024							
2 завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	50/40	9,22	5,2	15,56	195,3	ТТК№48 528/3/1994
	Рис отварной	160	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		675	21,7	17,4	72,9	711,3	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано

Директор Школы № 20

З.Ф. Т.Б. Заренва



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Полдник	Гарнировка: Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	7,2	ТТК№39
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
Итого		515	17,8	20,7	87,57	610,2	
Вторник 19.11.2024							
Полдник	Запеканкам творожная с морковью со сгущенным молоком	150/20	14,3	15,7	26,2	267,6	ТТК
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Итого:		570	20,4	22,1	60,5	484,6
Среда 20.11.2024							
Полдник	Бифштекс рубленый Детский тушеный с соусом основным красным	40/60	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	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
	Фрукт: груша свежая	170	0,7	0,5	17,5	79,9	
	Итого		575	20,6	16,6	112,9	705,9
Четверг 21.11.2024							
Полдник	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	1,3	-	21,6	83,0	
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Нектар фруктовый	1/0,2	6	6,4	9,4	120,0	ТН
	Конфета	1шт	50,2	28,0	50,0	210,0	ТН
Итого		630	66,7	53,5	170,7	860,0	
Пятница 22.11.2024							
Полдник	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	50/40	9,22	5,2	15,56	195,3	ТТК№48 528/3/1994
	Рис отварной	160	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		675	21,7	17,4	72,9	711,3	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано

И.О. Директор Школы № 20

Зав. Т.Б. Зоренцова



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	9,0	8,6	45,9	217,0	140/2004, T17/1994
	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	8,6	11,1	4,0	359,0	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		900,0	35,2	39,3	109,2	1012,0	
Вторник 19.11.2024							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	200	8,0	9,0	36,0	195,0	32/2004
	Котлеты домашние, соус основной красный	20 (60/30)	8,09	9,1	13,8	170,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	200	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		865,0	24,88	24,5	117,89	858,0	
Среда 20.11.2024							
Обед	Борщ с капустой, картофелем	220	9,6	15,4	26,0	206,0	110/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	10,3	9,5	8,0	234,0	481/1997
	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,8	33,9	171,0	T4/2004
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		733,0	29,0	32,3	1257,7	864,0	
Четверг 21.11.2024							
Обед	Гарнировка: икра морковная	60	2,2	7,5	10,1	121,0	78/2004
	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	8,3	5,4	23,3	174,0	139/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	150	3,6	7,8	20,4	261,0	469/1994
	АК Чай с пиповником	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
Итого		768,0	27,2	28,2	107,3	886,0	
Пятница 22.11.2024							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	4,5	22,4	147,0	138/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Картофельное пюре, масло сливочное	150/5	3,2	9,4	21,9	201,0	472/1994 14/2005
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
	Конфета вафельная «Ух-ны»	1/30	1,35	4,8	18,6	123,0	ТН
Итого		770,0	28,65	31,3	108,3	802,0	

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

Согласовано

Директор Школы № 20

Л.В. Заремба

№ 20

г. Йошкар-Ола

Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»

А.В. Усков

Обед от 12 лет и старше -СВО,многодетные,ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	7,0	10,6	56,3	266,0	140/2004, Т17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801,0	39,0	28,0	161,0	937,0	
Вторник 19.11.2024							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	50/50	9,45	5,5	16,34	202,0	ТТК№48, 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	272,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/0,2	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого:		1015,0	32,2	25,9	137,6	1037,0	
Среда 20.11.2024							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	11,2	7,4	32,5	259,0	110/2004 112/2004
	Котлета рыбная(минтай) с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	205,0	472/1994
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Итого		1008,0	34,9	28,7	124,6	904,0
Четверг 21.11.2024							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	268,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	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	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	2/11	0,4	3,0	14,0	82,0	ТН
Итого		823,0	44,1	26,2	124,0	974,0	
Пятница 22.11.2024							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	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	288,0	463/1994
	АК Компот из свеж. яблок и клюквы	200	0,1	-	25,6	99,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Итого		808,0	27,7	23,3	139,1	850,0

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

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В. Усков



Сотласовано
№0/ Директор Школы №20
Зад. Т.Б. Зайцева

Понедельник 18.11.2024г.

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			№ рецептуры
			Б	Ж	У	

Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, пышенок отварной	250/20	7,0	10,6	56,3	140/2004, Т17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	ТТК№2/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
Итого:		801	39,0	28,0	161,1	937,0

Вторник 19.11.2024

Обед	Расолыник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	32/2004
	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	50/50	9,45	5,5	16,34	ТТК№48, 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	469/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
Итого:		815,0	26,19	19,5	128,2	917,0

Среда 20.11.2024

Обед	Борщ с капустой, картофелем	250	6,6	5,4	32,3	110/2004
	Котлета рыбная(минтай) с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	324/1994
	472/1994	228,0	30,4	9,3	30,4	472/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	528/3/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
Итого:		808,0	24,7	21,2	118,0	767,0

Четверг 21.11.2024

Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	139/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	ТТК№30
	Компот из яблок	200	0,4	1,0	10,3	638/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
Итого:		801	43,7	23,2	110,0	892,0

Пятница 22.11.2024

Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	138/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	271/2/2005
	463/1994	288,0	43,12	25,6	99,0	463/1994
	Каша гречневая	180	9,28	9,28	43,12	528/3/1994
	распычатая	200	0,1	-	25,6	ТТК№37
	АК Компот из свеж яблок и клюквы	1/25	1,9	0,2	12,9	ТТК№57
	Хлеб пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	ТТК№57
Итого:		808	31,8	23,1	137,3	852,0

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



Согласовано

4.0 Директор Школы № 20

Зар Т. Б. Заренва

Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»

А.В.Усков

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	8,6	11,1	4,0	359,0	463/1994
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		680,0	26,2	30,7	63,3	795,0	
Вторник 19.11.2024							
Завтрак	Котлеты домашние, соус основной красный	90	8,09	9,1	13,8	170,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	200	0,6	0	18,9	78,0	338/2006
Итого:		665,0	16,88	15,5	75,0	663,0	
Среда 20.11.2024							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134,0	2/2004
	Яйцо отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша Дружба с маслом сливочным	220/5	6,1	14,2	45,3	302,0	14/2005,Т4/2004
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
Итого		520,0	18,0	28,0	102,0	689,0	
Четверг 21.11.2024							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	3,6	7,8	20,4	261,0	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		505,0	14,3	14,9	57,0	519,0	
Пятница 22.11.2024							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Картофельное пюре, масло сливочное	150/5	3,2	9,4	21,9	201,0	472/1994 14/2005
	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
	Конфета вафельная «Ух-ть»	1/30	1,35	4,8	18,6	123,0	ТН
Итого		517,0	19,0	26,0	69,0	583,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей



Согласовано

Директор Школы №20

Зав. Т.Б. Заренда



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 18.11.2024г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	4,5	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	16,1	20,8	67,6	573,0	
Вторник 19.11.2024							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	100	2,6	3,7	15,0	137,0	78/2004
	Котлеты домашние, соус основной красный	60/30	8,09	9,1	13,8	170,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого:		565	17,2	18,6	76,7	703,0	
Среда 20.11.2024							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134,0	2/2004
	Яйцо отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша Дружба с маслом сливочным	220/7	6,1	14,2	45,3	302,0	14/2005,Т4/2004
	Какао с молоком	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		550,0	15,6	23,5	114,0	691,0	
Четверг 21.11.2024							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	220	5,3	9,5	24,9	319,0	469/1994
	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		570,0	17,9	16,8	74,4	638,0	
Пятница 22.11.2024							
Завтрак	Гуляш из филе пыленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	182,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		565,0	25,8	22,8	78,0	568,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 70 рублей