



Согласовано

Директор ЦИТОлы № 20

20
г. Йошкар-Ола

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 20.01.2025г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		680,0	19,25	19,75	81,05	588,0	
Вторник 21.01.2025г.							
Завтрак	Котлета «Особая», соус основной красный	90 (60/30)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	154	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		665,0	15,4	17,8	75,0	588,0	
Среда 22.01.2025 г.							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134,0	2/2004
	Яйцо вареное	1шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Подкоголи с мясом, масло сливочное	200/10	7,6	9,0	39,0	288,0	ТТК№99.3,14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
Итого		500,0	16,0	19,0	83,0	588,0	
Четверг 23.01.2025г.							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре, масло сливочное	150/5	3,2	6,4	21,9	201,0	472/1994 14/2005
	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
	Конфета вафельная «УХ-ты»	30	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
Итого		510,0	15,9	17,1	80,5	509,0	
Пятница 24.01.2025г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	180	3,6	7,8	20,4	261,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,3	0	15,2	60,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	1/11	1,35	1,8	18,6	123,0	ТН
Итого		516,0	19,0	19,0	67,0	569,0	

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



Согласовано
Директор Школы № 20



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 20.01.2025г.							
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		550,0	16,1	20,8	67,6	573,0	
Вторник 21.01.2025							
	Котлеты «Особая», соус основной красный	110 60/50	8,09	9,1	13,8	170,0	2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	220	5,5	8,8	35,9	225,0	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:		555,0	16,7	18,1	94,2	582,0	
Среда 22.01.2025							
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	220/10	6,1	6,2	23,05	196,0	14/2005, Т4/2004
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		553,0	16,7	17,1	84,2	568,0	
Четверг 23.01.2025							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	218,0	472/1994
	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		550,0	16,9	16,6	79,9	638,0	
Пятница 24.01.2025							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	10,0	4,24	158,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	185	5,3	9,5	24,9	319,0	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
Итого		550,0	22,2	20,1	74,1	670,0	

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



Согласовано
Директор Школы № 20



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

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 20.01.2025							
2 завтрак	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
	Вафли Твист	1/22	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
Итого		477,0	18,3	23,0	97,1	677,0	
Вторник 21.01.2025							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/10	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	80,0	ТН
Итого:		550,0	20,4	22,1	61,2	446,6	
Среда 22.01.2025							
2 завтрак	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 черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		705,0	25,7	22,5	99,6	664,0	
Четверг 23.01.2025							
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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		550,0	11,1	19,1	130,2	608,3	
Пятница 24.01.2025							
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 клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		675,0	20,6	17,4	66,2	622,3	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано
 Директор Школы № 20
 г. Йошкар-Ола

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

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 20.01.2025г.							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	7,7	7,9	36,2	235,0	140/2004, 112/2004
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		718	39,7	25,3	141,0	906,0	
Вторник 21.01.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	200	8,0	9,0	36,0	195,0	32/2004
	Котлета рыбная(минтай) с соусом основным красным	50/40	9,1	5,62	9,7	123,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	205,0	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:		735,0	25,6	23,6	118,1	716,0	
Среда 22.01.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем	200	9,6	15,4	26,0	206,0	110/2004
	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	150	5,3	6,2	35,3	221,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		708,0	27,1	27,7	122,4	820,0	
Четверг 23.01.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	8,3	5,4	23,3	174,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	245 (55/190)	23,0	12,9	39,0	343,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		703	36,0	19,9	102,4	777,0	
Пятница 24.01.2025							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	4,5	22,4	167,0	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	150	4,4	2,7	8,4	240,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		728,0	22,2	16,1	88,8	754,0	

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



Согласовано
 Директор Школы № 20
 Прием
 г. Йошкар-Ола

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

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 20.01.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	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	41,5	27,1	149,2	959,0	
Вторник 21.01.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994, 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	228,0	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:		815,0	23,3	21,1	105,9	800,0	
Среда 22.01.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	6,6	5,4	32,3	219,0	110/2004
	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
	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
Итого		808,0	27,6	19,6	140,3	884,0	
Четверг 23.01.2025							
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
Итого		801	43,7	23,2	110,0	892,0	
Пятница 24.01.2025							
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 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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		808	27,8	23,3	128,5	809,0	

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



Составлено
Директор школы № 20
А.В. Усков

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 20.01.2025г.							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	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	41,5	27,09	149,2	959,0	
Вторник 21.01.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета рыбная(минтай) с соусом основным красным	60/40	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	185	3,9	8,4	27,4	218,0	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:		800,0	22,9	20,2	102,9	790,0	
Среда 22.01.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	11,2	7,4	32,5	259,0	110/2004 112/2004
	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
	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
	Конфета Марсианка	1/11	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
Итого		839,0	32,4	23,1	147,5	965,0	
Четверг 23.01.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	268,0	139/2004
	Жаркое Сторприз	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
Итого		801,0	43,7	23,2	110,0	892,0	
Пятница 24.01.2025							
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 свежих 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	27,7	45,6	139,1	850,0

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



Согласовано
 Директор Школы № 20
 общеобразовательная школа № 20
 г. Йошкар-Ола

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 20.01.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	7,7	7,9	36,2	235,0	140/2004, 112/2004
	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	ТТК58/14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	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	26,95	27,65	117,25	822,50	
Вторник 21.01.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	200	11,55	9,85	43,3	195,0	132/2004
	Котлета «Особая», соус основной красный	90 (60/30)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 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	1/50	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		865,0	26,95	27,65	117,19	783,0	
Среда 22.01.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	200/20	8,25	11,5	26,0	206,0	110/2004 112/2004
	Биточки по-белорусски, соус сметанный с томатом	100 (60/40)	9,8	8,7	2,65	215,0	467/2004,601/2004
	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,8	33,9	171,0	463/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	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		728	26,95	27,65	117,3	822,0	
Четверг 23.01.2025							
Обед	Гарнировка: икра морковная	60	2,2	7,5	10,1	121,0	78/2004
	Суп картофельный с бобовыми, мясные фрикадельки	220	8,3	5,4	23,3	154,0	139/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре	150	3,2	9,4	21,9	201,0	472/1994
	АК 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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
Итого		818,0	28,8	30,4	130,8	790,0	
Пятница 24.01.2025							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	4,5	22,4	167,0	138/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	12,3	10,0	4,24	158,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	150	3,6	7,8	24,4	261,0	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
Итого		728,0	26,6	26,9	117,6	796,0	

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



Согласовано
 Директор Школы № 20

20
[Signature]

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 20.01.2025							
Полдник	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
	Вафли Твист	1/22	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
Итого		477,0	18,3	23,0	97,1	677,0	
Вторник 21.01.2025							
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/10	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	80,0	ТН
Итого:		550,0	20,4	22,1	61,2	446,6	
Среда 22.01.2025							
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 черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		705,0	25,7	22,5	99,6	664,0	
Четверг 23.01.2025							
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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		550,0	11,1	19,1	130,2	608,3	
Пятница 24.01.2025							
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 клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		675,0	20,6	17,4	66,2	622,3	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



20
Гамов

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 20.01.2025							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная, масло сливочное	150/5	4,35	4,35	24,75	155,0	ТТК№231 14/2005
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Фрукт: груша свежая	1 шт (150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		530,0	7,5	6,2	68,0	429,0	
Вторник 21.01.2025							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная, масло сливочное	150/5	6,6	4,62	30,3	157,0	Т4/2004, 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого:		380,0	9,9	6,4	63,6	321,0	
Среда 22.01.2025							
Полдник	Каша рисовая молочная, масло сливочное	180/5	5,2	5,2	29,7	186,0	Т4/1994 14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		410,0	12,0	10,4	104,8	437,0	
Четверг 23.01.2025							
Полдник	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	150/5	4,5	6,8	33,9	208,0	Т4/1994 14/2005
	Нектар фруктовый	200	6,0	6,4	9,4	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		380,0	12,4	13,4	56,2	349,0	
Пятница 24.01.2025							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Каша манная, масло сливочное	200/5	6,4	3,6	33,2	181,8	Т4/1994 14/2005
	Компот из свежих яблок	200	0,2	-	37,6	106,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		480,0	15,2	9,7	93,9	468,8	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 48 рублей