



Согласовано

Директор Школы № 20



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		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>506,0</b>	<b>18,7</b>	<b>19,3</b>	<b>74,8</b>	<b>587,5</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>509,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>82,6</b>	<b>586,7</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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	T4/2004
	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
<b>Итого</b>		<b>620,0</b>	<b>18,25</b>	<b>17,5</b>	<b>75,05</b>	<b>572,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>675,0</b>	<b>16,8</b>	<b>16,8</b>	<b>72,2</b>	<b>586,5</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>507,0</b>	<b>19,2</b>	<b>18,8</b>	<b>82,7</b>	<b>587,0</b>	

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



**Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>562,0</b>	<b>20,8</b>	<b>21,9</b>	<b>82,4</b>	<b>656,0</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>555,0</b>	<b>40,6</b>	<b>28,6</b>	<b>102,9</b>	<b>764,0</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>551,0</b>	<b>20,7</b>	<b>20,9</b>	<b>112,7</b>	<b>729,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>556,0</b>	<b>18,6</b>	<b>18,4</b>	<b>79,2</b>	<b>620,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>550,0</b>	<b>20,0</b>	<b>18,4</b>	<b>81,4</b>	<b>544,0</b>	

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

Согласовано

Директор Школы № 20

*С.А. Фоменко*

Утверждаю

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

## Обед от 12 лет и старше - многодетные, ОБЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>800,0</b>	<b>28,5</b>	<b>27,6</b>	<b>143,2</b>	<b>913,0</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
	<b>Итого:</b>		<b>811,0</b>	<b>29,8</b>	<b>34,2</b>	<b>118,2</b>	<b>995,0</b>
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>808,0</b>	<b>31,5</b>	<b>32,2</b>	<b>115,9</b>	<b>846,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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	180/10	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
<b>Итого</b>		<b>816,0</b>	<b>32,5</b>	<b>37,4</b>	<b>140,1</b>	<b>952,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>866,0</b>	<b>47,2</b>	<b>27,6</b>	<b>129,8</b>	<b>931,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 82 рубля



Согласовано

Директор Школы № 20

*[Handwritten signature]*

20.03.2025

г. Нижний Новгород



Утверждаю

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

Обед от 12 лет и старше -СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>806,0</b>	<b>28,6</b>	<b>27,6</b>	<b>152,9</b>	<b>937,0</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>805,0</b>	<b>29,6</b>	<b>28,9</b>	<b>118,0</b>	<b>847,0</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>848,0</b>	<b>32,4</b>	<b>31,0</b>	<b>114,9</b>	<b>816,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>810,0</b>	<b>32,3</b>	<b>34,8</b>	<b>140,0</b>	<b>914,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>846,0</b>	<b>51,0</b>	<b>27,6</b>	<b>127,0</b>	<b>900,0</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы № 20

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		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>806,0</b>	<b>28,5</b>	<b>27,6</b>	<b>152,9</b>	<b>937,0</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>806,0</b>	<b>31,0</b>	<b>27,6</b>	<b>116,3</b>	<b>816,0</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>801,0</b>	<b>27,0</b>	<b>27,6</b>	<b>114,9</b>	<b>816,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>806,0</b>	<b>32,3</b>	<b>27,8</b>	<b>143,4</b>	<b>919,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>806,0</b>	<b>49,6</b>	<b>27,6</b>	<b>118,8</b>	<b>845,0</b>	

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



Согласовано  
Директор Школы № 20

*Handwritten signature*

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		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>367,0</b>	<b>3,0</b>	<b>1,4</b>	<b>51,8</b>	<b>241,0</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>350,0</b>	<b>4,2</b>	<b>12,2</b>	<b>56,5</b>	<b>403,0</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>395,0</b>	<b>4,0</b>	<b>7,2</b>	<b>80,7</b>	<b>398,0</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>379,0</b>	<b>6,7</b>	<b>9,4</b>	<b>38,6</b>	<b>262,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>372,0</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>49,4</b>	<b>235,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль

Согласовано

Директор Школы № 20

Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»

А.В. Усков

2 завтрак от 7 до 12 лет ОВЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>409,0</b>	<b>8,8</b>	<b>21,9</b>	<b>70,2</b>	<b>565,6</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
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
<b>Итого:</b>		<b>570,0</b>	<b>33,1</b>	<b>12,83</b>	<b>70,6</b>	<b>465,6</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
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 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
<b>Итого</b>		<b>625,0</b>	<b>16,2</b>	<b>14,4</b>	<b>91,7</b>	<b>607,2</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>760,0</b>	<b>9,4</b>	<b>17,4</b>	<b>95,7</b>	<b>497,0</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>610,0</b>	<b>11,4</b>	<b>23,9</b>	<b>164,0</b>	<b>743,6</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля

Согласовано

Директор Школы № 20



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		
<b>Понедельник 24.03.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	8,7	9,2	33,7	213,8	139/2004,112/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	10,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные	160	5,1	8,05	42,6	235,0	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	72,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>708,0</b>	<b>26,9</b>	<b>27,65</b>	<b>107,6</b>	<b>777,8</b>	
<b>Вторник 25.03.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	6,8	6,9	19,3	155,0	140/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (голень)	90	10,6	10,0	0,2	173,7	ТТК №4.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/4	4,5	8,8	29,3	200,6	463/1994 14/2005
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>26,9</b>	<b>26,3</b>	<b>107,6</b>	<b>781,3</b>	
<b>Среда 26.03.2025</b>							
Обед 2 смена	Борщ «Сибирский», фрикадельки мясные	200/20	8,7	5,7	13,9	159,0	111/2004 112/2004
	Котлета «Особая» с соусом красным основным	100 (60/40)	8,8	12,5	11,6	184,5	474/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	180	4,5	7,2	41,1	210,0	Т4/463/1994
	Комлот Южный	200	0,7	0	18,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Пряник	1/42	1,9	1,8	15,2	81,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>773,0</b>	<b>26,9</b>	<b>27,6</b>	<b>115,7</b>	<b>822,5</b>	
<b>Четверг 27.03.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,6	7,0	24,9	162,6	Т1/3/1994, 133/2004
	Котлета рыбная с соусом красным основным	90(60/30)	11,3	7,2	13,8	164,5	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/3	4,3	9,5	38,7	240,0	472/1994, 14/2005
	АК Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>744,0</b>	<b>25,9</b>	<b>25,1</b>	<b>103,6</b>	<b>762,1</b>	
<b>Пятница 28.03.2025</b>							
Обед 2 смена	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	200/20	8,8	7,5	20,1	151,0	134/2004 Т-17/1994
	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	27,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	1/10	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>701,0</b>	<b>26,9</b>	<b>26,2</b>	<b>107,6</b>	<b>705,0</b>	

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