



Согласовано

Директор Школы № 20

И.В. Зарикова

Т.В. Зарикова



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 25.11.2024</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	ТТК №71
	Плов по-домашнему	50/160	16,6	19,2	38,1	421,0	ТТК №2
	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>502,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,5</b>	<b>67,3</b>	<b>548,6</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Завтрак	Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным	100(80/20)	13,4	15,7	0,2	167,5	ТТК №32 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	ТТК 58,14/2005
	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
	Фрукты: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	338/2005
<b>Итого:</b>		<b>630,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>83,75</b>	<b>587,5</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/10	3,1	4,45	45,3	256,20	Т4/2004,14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Конфеты «Суфазель»	1/32	3,0	3,2	7,55	45,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>532,0</b>	<b>19,3</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,5</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Завтрак	Котлета рыбная «Неженка» (горбуша) с соусом основным красным	100(70/30)	11,0	9,1	29,1	169,5	ТТК №23 528/3/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	170/5	3,9	4,9	14,7	230,0	472/1994,14/2005
	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
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>17,2</b>	<b>15,8</b>	<b>67,0</b>	<b>587,5</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	100 (50/50)	9,2	5,2	15,6	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,8	6,7	17,6	225,0	469/1994
	Нектар фруктовый	200	0,3	0,1	14,0	56,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №57
	Вафли	1/28	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>503,0</b>	<b>19,2</b>	<b>15,8</b>	<b>82,1</b>	<b>587,3</b>	

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





Согласовано  
Директор Школы № 20

и.о. *Н.В. Зорикова* Т.Б. Зорикова



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		
<b>Понедельник 25.11.2024г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	100	0,7	0,1	1,9	11,0	ТТК №71
	Плов по-домашнему	50/150	25,2	23,8	44,7	474,0	ТТК №2
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>557</b>	<b>30,0</b>	<b>24,3</b>	<b>87,6</b>	<b>667,0</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Завтрак	Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным	80/50	25,7	17,5	0,4	193,0	ТТК №32 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	210	6,1	3,78	11,8	296,0	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>565,0</b>	<b>34,4</b>	<b>21,5</b>	<b>55,1</b>	<b>669,0</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша пшеничная молочная	220	6,6	9,9	49,7	250,0	Т4/2004
	Масло сливочное	10	0,1	5,2	0,1	74	14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>553,0</b>	<b>22,3</b>	<b>27,6</b>	<b>97,6</b>	<b>682,3</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Завтрак	Котлета рыбная «Неженка»(горбуша) с соусом основным красным	100 (60/40)	11,0	6,6	11,4	144,3	ТТК№23 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,4	2,74	17,2	228,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>558</b>	<b>20,1</b>	<b>10,9</b>	<b>68,7</b>	<b>632,3</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	100 (50/50)	9,5	5,5	16,3	201,6	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	195	7,29	8,42	22,1	283,0	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
<b>Итого</b>		<b>520,0</b>	<b>18,9</b>	<b>14,1</b>	<b>66,3</b>	<b>603,6</b>	

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





Согласовано  
 Директор Школы № 20  
 Т.Б. Заринова



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		
<b>Понедельник 25.11.2024г.</b>							
2 завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Сосиска отварная	50	5,3	8,5	0,1	99,0	ТТК№100,1
	Каша пшенинная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>23,8</b>	<b>30,4</b>	<b>63,45</b>	<b>585,2</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
2 завтрак	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Компот из свежих груш	200	0,2	---	37,6	115,0	585/3/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт(250)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>620,0</b>	<b>46,1</b>	<b>16,4</b>	<b>87,6</b>	<b>549,0</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
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
	Рис отварной	160	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	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
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>515,0</b>	<b>14,9</b>	<b>17,2</b>	<b>63,1</b>	<b>632,0</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
2 завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	ТТК№71
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Макаронны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Обыкновенное чудо»	1/16	0,8	2,9	11,2	74,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>526,0</b>	<b>16,5</b>	<b>19,4</b>	<b>117,8</b>	<b>698,6</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
2 завтрак	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	30	0,08	-	13,0	50,0	ТТК№25
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Конфета «35»	1/20	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>600,0</b>	<b>15,5</b>	<b>28,7</b>	<b>138,3</b>	<b>757,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано

Директор Школы № 20

№ 20

г.Ножар-Олы

ТБ Заринова



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		
<b>Понедельник 25.11.2024г.</b>							
Полдник	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Сосиска отварная	50	5,3	8,5	0,1	99,0	ТТК№100,1
	Каша пшениная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>23,8</b>	<b>30,4</b>	<b>63,45</b>	<b>585,2</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Компот из свежих груш	200	0,2	---	37,6	115,0	585/3/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт(250)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>620,0</b>	<b>46,1</b>	<b>16,4</b>	<b>87,6</b>	<b>549,0</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Полдник	Бифштекс рубленый Детский тушенный с соусом основным красным	40/60	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной	160	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	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
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>515,0</b>	<b>14,9</b>	<b>17,2</b>	<b>63,1</b>	<b>632,0</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Полдник	Гарнировка: огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	ТТК№71
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Обыкновенное чудо»	1/16	0,8	2,9	11,2	74,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>526,0</b>	<b>16,5</b>	<b>19,4</b>	<b>117,8</b>	<b>698,6</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Полдник	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	30	0,08	-	13,0	50,0	ТТК№25
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Конфета «35»	1/20	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>600,0</b>	<b>15,5</b>	<b>28,7</b>	<b>138,3</b>	<b>757,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей





Согласовано

Директор Школы № 20

№ 20  
г. Нижний Новгород

ТВ Зарикова



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 25.11.2024г.</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>375</b>	<b>6,55</b>	<b>4,55</b>	<b>65,65</b>		
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Полдник	Каша пшеничная вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	T4/1994
	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
<b>Итого:</b>		<b>425</b>	<b>8,08</b>	<b>3,35</b>	<b>57,6</b>	<b>293,0</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157,0	T4/2004
	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
<b>Итого</b>		<b>375</b>	<b>8,8</b>	<b>4,82</b>	<b>71,2</b>	<b>338,0</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>375</b>	<b>6,45</b>	<b>4,55</b>	<b>52,65</b>	<b>274,0</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Полдник	Каша пшеничная вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	T4/1994
	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
<b>Итого</b>		<b>425</b>	<b>8,18</b>	<b>3,35</b>	<b>70,6</b>	<b>355,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 7 рублей



Согласовано  
 Директор Школы № 20  
 ТБЗаринова



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 25.11.2024г.</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	10,4	6,8	29,1	218,0	139/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	195	6,9	8,1	45,9	287,0	469/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>803,0</b>	<b>35,1</b>	<b>27,5</b>	<b>136,8</b>	<b>902,0</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем	250	4,5	4,3	10,2	175,0	124/2004
	Цыпленок отварной	20	3,6	0,7	0,1	32,0	Т-17/1994
	Котлета рыбная (горбуша) с соусом основным красным	100 (60/40)	11,0	6,6	11,4	184,3	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	276,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого:</b>		<b>808,0</b>	<b>27,5</b>	<b>20,6</b>	<b>93,9</b>	<b>858,3</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский	250	5,1	5,3	20,0	143,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	196,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	195	6,9	8,1	45,9	287,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>803,0</b>	<b>25,0</b>	<b>20,9</b>	<b>128,6</b>	<b>879,0</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	200,0	Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	185/5	5,5	5,5	36,7	264,0	463/1994 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
<b>Итого</b>		<b>825,0</b>	<b>27,5</b>	<b>27,9</b>	<b>105,7</b>	<b>854,0</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,3	12,5	17,6	238,0	134/2004 112//2004
	Котлеты домашние	60	7,3	8,16	11,4	150,0	271/2/2005
	Соус красный основной	40	0,7	1,12	2,8	24,0	528/3/1994
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44,4	248,0	465/1994
	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
<b>Итого</b>		<b>808,0</b>	<b>23,9</b>	<b>29,3</b>	<b>124,8</b>	<b>874,0</b>	

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





Согласовано

Директор Школы № 20

№ 20  
г. Нижний Новгород

г. Нижний Новгород



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		
<b>Понедельник 25.11.2024г.</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	10,4	6,8	29,1	218,0	139/2004
	Фрикадельки мясные	20	4,6	2,1	0,2	40,0	112//2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	195	6,9	8,1	45,9	287,0	469/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Вафли	1/28	3,54	2,82	45,0	145,0	ТН	
<b>Итого</b>		<b>851,0</b>	<b>43,2</b>	<b>32,4</b>	<b>182,0</b>	<b>1087,0</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем	250	4,5	4,3	10,2	175,0	124/2004
	Цыпленок отварной	20	3,6	0,7	0,1	32,0	Т-17/1994
	Котлета рыбная (горбуша) с соусом основным красным	100 (60/40)	11,0	6,6	11,4	184,3	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	276,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>808,0</b>	<b>33,5</b>	<b>27,0</b>	<b>103,3</b>	<b>978,3</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский	250	5,1	5,3	20,0	143,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	196,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	195	6,9	8,1	45,9	287,0	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	1/33	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
<b>Итого</b>		<b>1003,0</b>	<b>31,0</b>	<b>27,3</b>	<b>138,0</b>	<b>999,0</b>	
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	200,0	Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	185/5	5,5	5,5	36,7	264,0	463/1994 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
<b>Итого</b>			<b>27,5</b>	<b>27,9</b>	<b>105,7</b>	<b>854,0</b>	
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,3	12,5	17,6	238,0	134/2004 112//2004
	Котлеты домашние	60	7,3	8,16	11,4	150,0	271/2/2005
	Соус красный основной	40	0,7	1,12	2,8	24,0	528/3/1994
	Рис отварной	190	3,9	6,9	44,4	248,0	465/1994
	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
	Фрукты: яблоко свежее	1 шт	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
<b>Итого</b>		<b>908,0</b>	<b>24,5</b>	<b>29,3</b>	<b>143,7</b>	<b>952,0</b>	

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



Согласовано  
Директор Школы № 20

Т.Б. Зарина



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 25.11.2024г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	ТТК№71
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	7,73	5,4	23,3	221,0	139/2004,112/2004
	Плов по-домашнему	50/150	16,6	22,0	44,7	474,0	ТТК №2
	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>712,0</b>	<b>26,95</b>	<b>27,6</b>	<b>117,2</b>	<b>822,5</b>	
<b>Вторник 26.11.2024</b>							
Завтрак	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	5,45	6,7	8,6	104,0	124/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным	100(80/20)	13,4	15,7	0,2	167,5	ТТК №32 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	2,4	4,7	29,8	220,5	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукты: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	338/2005
<b>Итого:</b>		<b>728,0</b>	<b>26,9</b>	<b>27,7</b>	<b>117,3</b>	<b>823,0</b>	
<b>Среда 27.11.2024</b>							
Завтрак	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	10,6	4,7	16,2	154,0	132/2004 112/2004
	Котлета «Особая» с соусом основным красным	100 (50/50)	5,9	11,4	5,8	170,0	474/2/1997 528/38/1994
	Каша пшениная вязкая	200	3,0	9,0	37,6	223,5	Т4/2004
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	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
	Конфета «Суфазль»	1/32	3,0	3,2	7,55	45,0	ТН
	<b>Итого</b>		<b>810,0</b>	<b>26,9</b>	<b>28,9</b>	<b>121,8</b>	<b>822,5</b>
<b>Четверг 28.11.2024</b>							
Завтрак	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,9	9	19,8	163,0	Т1/3/1994
	Котлета рыбная «Неженка» (горбуша) с соусом основным красным	100(70/30)	11,0	9,1	29,1	169,5	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	4,06	14,7	230,0	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	<b>Итого</b>		<b>728,0</b>	<b>26,9</b>	<b>23,8</b>	<b>103,7</b>	<b>822,5</b>
<b>Пятница 29.11.2024</b>							
Завтрак	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	220 (200/20)	5,8	10,0	17,6	201,0	134/2004 112//2004
	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	90 (50/40)	9,2	5,2	15,6	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	155	5,8	7,7	17,6	225,0	469/1994
	Нектар фруктовый	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
	Вафли	1/28	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>751,0</b>	<b>27,3</b>	<b>27,1</b>	<b>117,6</b>	<b>862,3</b>	

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