



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:

Директор Школы № 20

М.Г. Галиев



Утверждаю:
Директор МАУ «Центр
детского здорового питания»
А.М. Волков

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		508	22,6	18,7	111,4	650	
	Вторник 29.11.2022						
	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: апельсин свежий	180	3,24	0,72	29,16	64	338/2005
Итого за завтрак		537	11,3	18,3	113,7	568	
	Среда 30.11.2022						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	60	1,6	4,4	8,2	82	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		510	29,4	19,7	89	611	
	Четверг 01.12.2022						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	60	9,7	12,2	2,7	159	454/2004
	Соус основной красный	40	0,9	1,18	3,03	25	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		510	20,2	20,2	96,29	648	
	Пятница 02.12.2022						
Завтрак	Биточки Детские тушеные	40	5,5	5,1	1,8	69	ТТК №55
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Конфета Марсианка - 1 шт	11	0,2	1,1	5,1	30	ТН
Итого за завтрак		504	13,6	16,7	93,1	517	



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Утверждаю:
Директор МАУ «Центр детского
питания г. Йошкар-Ола»
А.М.Волков

2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
Многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Полдник	Манник	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК №5
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	108,7	24,25	91,6	649	
	Вторник 29.11.2022						
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,9	11,22	71,4	419	
	Среда 30.11.2022						
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за полдник		532	7,76	6,6	79,8	360	
	Четверг 01.12.2022						
Полдник	Макароны залеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		605	17,92	14,1	81,39	523	
	Пятница 02.12.2022						
Полдник	Каша рисовая молочная	150	4,44	2,65	33,93	168	ТТК № 65
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кофейный напиток (молочный)	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	13,74	10,85	76,63	452	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Завтрак от 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10,8	10,8	53,2	323	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	25,3	21,1	126,3	727	
	Вторник 29.11.2022						
	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	50	0,08	0	13	50	ТТК №25
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		557	8,52	17,6	116,1	623	
	Среда 30.11.2022						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	100	2,6	7,3	13,6	136	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	30,4	22,6	94,4	665	
	Четверг 01.12.2022						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	40	6,48	8,16	1,84	106	454/2004
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,3	8,5	48,8	295	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	19,3	18,9	109	681	
	Пятница 02.12.2022						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	190	4,6	9,7	31,9	238	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	15,5	18,3	93,3	541	



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 21.11.2022						
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	463/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		508	23,2	18,7	126,4	711	
	Вторник 22.11.2022						
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия	150	6	7	40	250	469/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	26,8	12,7	85,6	647	
	Среда 23.11.2022						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	60	1,6	4,4	8,2	82	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		510	29,4	19,7	89	611	
	Четверг 24.11.2022						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78	ТН
Итого за завтрак		740	21,7	20,6	109	706	
	Пятница 25.11.2022						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Конфета Марсианка - 1 шт	11	0,2	1,1	5,1	30	ТН
Итого за завтрак		504	15	18	93,6	535	

Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78,4	ТН
----------------------------------	-----	-----	---	------	------	----



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано
Директор Школы №20



Утверждаю:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания
г.Йошкар-Ола» А.М. Волков

Обед от 12 и старше, многодетные и ОПС, за
родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	250	8,8	4,5	13,6	220	110/2004;
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,5	7,9	49,8	275	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого		800	24,01	24,75	83,29	657,2	
	Вторник 29.11.2022						
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе минтая) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	210	4,59	9,7	31,4	237	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Итого	805	36,45	22,3	132,7	834	
	Среда 30.11.2022						
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	8,2	5,2	20	142	132/2004
	Котлета рубленая из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120	499/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	7,7	0,73	40,8	317	ТТК № 6.4
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого	800	32,4	25,3	137,4	873		
	Четверг 01.12.2022						
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	16	9,35	29,3	266	139/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого	805	39,1	16,7	116,3	743		
	Пятница 02.12.2022						
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	96	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	11,4	56	341	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого	805	22,91	20,997	95,29	629		

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



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано:

Директор Школы № 20



Утверждаю
Директор МАУИ «Центр детского
питания Г. Йошкар-Ола»
А.М. Волков

Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ) *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Завтрак	Котлеты Домашние	50	6,2	6,9	9,6	126	271/2/2005
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		505	19,4	20,7	104	678	
	Вторник 29.11.2022						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,45	5,83	36	213	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Пирожное детское	100	10	10	33	259	695/1994
Итого за завтрак		575	25,7	27,7	120	822	
	Среда 30.11.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия	150	6	7	40	250	469/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Корнлайн	30	1,2	1,2	1,95	114	ТН
		503	26,2	13,7	86,8	747	
Итого за завтрак		503	26,2	13,7	86,8	747	
	Четверг 01.12.2022						
Завтрак	Тефтели Детские тушеные	50	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №54
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Слойка с повидлом	70	5	24	42,6	408	
Итого за завтрак		555	24,4	41,4	142	982	
	Пятница 02.12.2022						
Завтрак	Котлета "Улыбка"	50	6,97	5,7	4,07	96,28	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	6,46	36,8	226	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		503	16,8	16,9	105	636,28	

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

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:
Директор Школы №

Утверждаю:
Директор МАУ «Центр детского
питания г. Йошкар-Ола» А.М.Волков

2 Полдник от 7 до 12 лет
Многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 28.11.2022						
Полдник	Манник	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК №5
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	108,7	24,25	91,6	649	
	Вторник 29.11.2022						
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,9	11,22	71,4	419	
	Среда 30.11.2022						
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за полдник		532	7,76	6,6	79,8	360	
	Четверг 01.12.2022						
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		605	17,92	14,1	81,39	523	
	Пятница 02.12.2022						
Полдник	Каша рисовая молочная	150	4,44	2,65	33,93	168	ТТК № 65
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кофейный напиток (молочный)	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	13,74	10,85	76,63	452	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля