



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		
Понедельник 28.04.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	10,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,5	5,4	44,5	227,0	463/1994
	Масло сливочное	6	0,06	3,1	0,05	44,0	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		531,0	18,16	18,7	72,65	587,0	
Вторник 29.04.2025							
Завтрак	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (60/30)	9,1	13,2	10,8	174,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	190	5,7	4,3	27,0	202,0	465/1994
	АК Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	15,6	99,0	ТТК№37
	Пряник	1/42	1,9	1,8	12,8	40,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого:		547,0	19,2	19,7	83,1	587,0	
Среда 30.04.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Подкожи с картофелем с маслом сливочным	170/3	7,7	11,0	19,8	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	18,0	120,0	ТТК1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого		638,0	15,4	15,8	67,0	577,0	

*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		
Понедельник 28.04.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	6,5	12,5	32,8	287,0	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	18,1	25,7	104,7	603,0	
Вторник 29.04.2025							
Завтрак	Котлета «Особая», соус красный основной	100 (50/50)	8,09	9,1	13,8	170,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	220	7,3	8,8	53,9	321,0	465/1994
	АК Компот из свежих яблок и клюквы	200 *	0,1	0	15,6	99,0	ТТК№37
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		551,0	17,8	18,3	99,2	658,0	
Среда 30.04.2025							
Завтрак	Подкоголи картофелем с маслом сливочным	170/3	7,7	11,0	19,8	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	14,0	79,0	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	72,0	ТТК№57
Итого		554,0	11,3	11,4	77,7	544,0	

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



Согласовано
Директор Школы № 20

Галеев Р.В.



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 28.04.2025							
2 завтрак	Пельмени отварные, масло сливочное	200/4	15,5	11,1	29,7	289,0	719/2004 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
Итого		429,0	18,6	11,3	74,2	476,0	
Вторник 29.04.2025							
2 завтрак	Запеканка яблочно-творожная с рикоттой со сгущенным молоком	150/20	14,3	15,7	26,2	267,6	ТТК№54
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		520,0	16,4	16,1	70,4	473,6	
Среда 30.04.2025							
2 завтрак	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	130/30	1,5	7,5	26,3	129,0	ТТК№51
	Напиток клюквенный	200	0,1	---	24,9	97,0	700/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		560,0	7,6	13,9	60,6	346,0	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля



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 28.04.2025							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	7,2	4,7	29,3	163,0	140/2004, Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	160/4	5,4	9,3	43,1	236,0	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		709,0	25,2	25,2	100,5	715,0	
Вторник 29.04.2025							
Обед 2 смена	Рассольник ленинградский, цыпленок отварной	200/20	9,6	5,4	16,2	166,0	132/2004 Т-17/1994
	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (60/30)	9,1	13,6	10,8	174,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	195	5,8	7,8	52,7	284,0	465/1994
	АК Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	15,6	99,0	ТТК№37
	Хлеб ржано- пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		736,0	26,9	27,2	111,2	791,0	
Среда 30.04.2025							
Обед 2 смена	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	3,5	3,5	11,7	96,2	110/2004
	Сарделька по-таирски	90	14,9	14,5	8,4	164,0	ТТК№9
	Каша пшениная вязкая	160	4,5	7,2	25,6	197,2	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК №57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого		881,0	25,5	25,6	105,6	705,4	

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



Одобрено
Директор школы № 20

№ 20

г. Йошкар-Ола

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



Обед от 12 лет и старше -многодетные, ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 28.04.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	8,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	245 (55/190)	16,3	17,8	45,0	419,0	ТТК№2
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	
	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		806,0	29,7	27,1	126,5	862,0	
Вторник 29.04.2025							
Обед	Рассольник ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,7	10,5	20,2	194,0	132/2004 Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№52 528/3/1994
	Каша пшенная вязкая	200	5,6	10,0	43,2	285,0	463/1994
	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	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		833,0	28,8	27,6	117,6	816,0	
Среда 30.04.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	5,9	9,5	14,7	190,0	110/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Напиток клюквенный	200	0,1	---	24,9	97,0	700/2004
	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
Итого		726,0	31,0	29,7	125,0	895,0	

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



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		
Понедельник 28.04.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	7,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	240 (50/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№2
	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	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	29,7	25,1	126,5	862,0	
Вторник 29.04.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	9,5	9,5	20,0	194,0	132/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,0	8,5	10,2	148,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша пшенная вязкая	200	5,6	9,0	43,2	285,0	463/1994
	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	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		813,0	28,6	27,6	117,4	816,0	
Среда 30.04.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	4,4	7,4	14,5	150,0	110/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Напиток клюквенный	200	0,1	---	24,9	97,0	700/2004
	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
Итого		806,0	29,5	27,6	124,8	855,0	

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



Огласовано
Директор Школы № 20
г. Йошкар-Ола

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		
Понедельник 28.04.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,8	7,7	23,7	190,0	140/2004, Т-17/1994
	Плов по-домашнему	240 (50/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№2
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	1,2	2,9	7,2	30,0	ТН
Итого		804,0	29,0	27,8	120,8	831,0	
Вторник 29.04.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	9,5	8,9	20,0	194,0	132/2004
	Котлета рубленая куриная с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№52 528/3/1994
	Капша пшениная вязкая, масло сливочное	200/4	5,6	11,1	43,2	285,0	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	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		817,0	28,6	27,1	117,4	816,0	
Среда 30.04.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	5,9	9,5	14,7	190,0	110/2004
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	13,8	9,4	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	10,2	52,2	321,0	469/1994
	АК Напиток клюквенный	200	0,1	---	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	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		818,0	31,0	29,7	125,0	895,0	

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



Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 28.04.2025							
Полдник	Конфеты «Обыкновенное чудо»	2/15	0,5	2,4	5,0	76,0	ТН
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		380,0	1,5	2,4	42,7	235,0	
Вторник 29.04.2025							
Полдник	Печенье Трио	1/45	2,2	7,2	30,2	194,0	ТН
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Фрукт: мандарин свежий	1шт (1/100)	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
Итого:		345,0	4,4	9,0	58,1	335,0	
Среда 30.04.2025							
Полдник	Пряник	1/42	1,9	1,8	12,8	72,0	ТН
	Напиток лимонный	200	0,2	---	19,8	77,0	699/2004
	Фрукт: апельсин свежий	1шт (1/150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		392,0	3,9	2,2	48,8	235,0	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль