



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 07.11.2022 | | | | | | |
| 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 | 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 | 21,8 | 17,1 | 108,2 | 628 | |
| | Вторник 08.11.2022 | | | | | | |
| | Яйцо вареное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 324/1997 |
| | Бутерброд с повидлом | 25/5/20 | 1,7 | 4,3 | 23,5 | 134 | 2/2004 |
| | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная | 180 | 7,9 | 5,5 | 36,3 | 188 | T4/2004 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 510 | 17,4 | 14,8 | 92,2 | 517 | |
| | Среда 09.11.2022 | | | | | | |
| 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 10.11.2022 | | | | | | |
| 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 | 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 | 17,5 | 16,8 | 97 | 608 | |
| | Пятница 11.11.2022 | | | | | | |
| 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 | |



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



10
И.Г. Галико



Завтрак от 12 и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Понедельник 07.11.2022 | | | | | | |
| 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 | 190 | 10.8 | 10.8 | 53.2 | 323 | 463/1994 |
| | АК Напиток из плодов шиповника | 200 | 0.8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4.8 | 0.8 | 33.8 | 144 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 556 | 24.5 | 19.5 | 123.1 | 705 | |
| | Вторник 08.11.2022 | | | | | | |
| Завтрак | Яйцо вареное | 40 | 5.1 | 4.6 | 0.3 | 63 | 324/1997 |
| | Бутерброд с повидлом | 25/5/20 | 1.7 | 4.3 | 23.5 | 134 | 2/2004 |
| | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная | 230 | 10 | 6.9 | 46.1 | 238 | Т4/2004 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0.3 | 0 | 15.2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2.4 | 0.4 | 16.9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 560 | 19.5 | 16.2 | 102 | 567 | |
| | Среда 09.11.2022 | | | | | | |
| 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 10.11.2022 | | | | | | |
| 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 | 7.5 | 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 11.11.2022 | | | | | | |
| 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 | 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»



Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ) *

| Принем пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Понедельник 07.11.2022 | | | | | | |
| 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 08.11.2022 | | | | | | |
| 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 |
| | Рис отварной | 150 | 3,45 | 5,83 | 36 | 213 | 465/1994 |
| | Кофейный напиток (молочный) | 200 | 1,4 | 1,6 | 20,4 | 103 | 762/3/1997 |
| | 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 | 24,6 | 27,6 | 109 | 780 | |
| | Среда 09.11.2022 | | | | | | |
| 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 |
| Итого за завтрак | | 503 | 26,2 | 13,7 | 86,8 | 747 | |
| | Четверг 10.11.2022 | | | | | | |
| 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 11.11.2022 | | | | | | |
| Завтрак | Шницель рубленый | 50 | 7,81 | 7,09 | 7,92 | 178 | 472/1997 |
| | 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 | 17,7 | 18,3 | 109 | 718 | |

* 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»



Обед от 7 до 12 лет,
многодетные и ОВЗ, за
родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 07.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Шни из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 77,2 | 124/2004 |
| | 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 | 150 | 3,4 | 6 | 37,5 | 207 | 465/1994 |
| | 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 | | 700 | 24 | 24,8 | 83,3 | 657,2 | |
| Вторник 08.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным | 200/20 | 21,2 | 4 | 18,5 | 197 | 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 | 160 | 3,51 | 7,48 | 24,2 | 181 | 472/1994 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого | | 705 | 36,5 | 22,3 | 133 | 834 | |
| Среда 09.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне | 200 | 12,8 | 7,48 | 23,5 | 213 | 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 |
| | Макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 5,8 | 0,55 | 30,7 | 239 | 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 | | 700 | 32,4 | 25,3 | 137 | 873 | |
| Четверг 10.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Рассольник ленинградский с фрикадельками | 200/20 | 8,7 | 6,3 | 16,2 | 154 | 132/2004; 112/2004 |
| | 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 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 7,06 | 22,9 | 171 | 472/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого | | 717 | 39,1 | 16,7 | 116 | 743 | |
| Пятница 11.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне | 200 | 7,1 | 3,6 | 10,9 | 166 | 110/2004; |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 12,7 | 234 | 481/1997 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,63 | 8,6 | 42,3 | 257 | 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 | | 705 | 22,9 | 21 | 95,3 | 629 | |

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



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



10

А. М. Волков



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

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|---------------|--------------|-------------------------|-----------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 07.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 250 | 4,5 | 4,3 | 10,5 | 96 | 124/2004 |
| | 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 |
| | 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 | | 800 | 24,01 | 24,75 | 83,29 | 657,2 | |
| Вторник 08.11.2022 | | | | | | | |
| 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 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого | | 805 | 36,45 | 22,3 | 132,7 | 834 | |
| Среда 09.11.2022 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 10.11.2022 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 11.11.2022 | | | | | | | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне | 250 | 8,8 | 4,5 | 13,6 | 220 | 110/2004, |
| | 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



Утверждено:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
г. Йошкар-Ола



2 Полдник от 7 до 12 лет
Многолетние и ОВЗ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Понедельник 07.11.2022 | | | | | | |
| 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 |
| | 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 | | 605 | 110,72 | 14,2 | 66,39 | 489 | |
| | Вторник 08.11.2022 | | | | | | |
| Полдник | Каша пшеничная молочная | 150 | 4,44 | 6,63 | 33,46 | 169 | ТТК № 62 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Чай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК № 46 |
| | Батончик Корнлайн | 30 | 1,2 | 1,2 | 1,95 | 114 | ТН |
| | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за полдник | | 605 | 13,94 | 14,43 | 76,51 | 545 | |
| | Среда 09.11.2022 | | | | | | |
| 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 |
| | Батончик Импульс | 16 | 2 | 7 | 17,1 | 140 | ТН |
| | Фрукт: яблоко свежее | 100 | 0,23 | 0 | 12,42 | 46,8 | 338/2005 |
| Итого за полдник | | 498 | 9,65 | 13,6 | 90,72 | 477,8 | |
| | Четверг 10.11.2022 | | | | | | |
| 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 сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за полдник | | 575 | 14,7 | 11,22 | 67,6 | 396 | |
| | Пятница 11.11.2022 | | | | | | |
| 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