

Согласовано  
Директор Школы № 20

*С.В. Соколов*

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 09.12.2024</b>							
Завтрак	Гарнировка: Салат из квашенной капусты	60	-	3,0	4,86	27,2	ТТК №50
	Плов по-домашнему	50/150	14,0	13,1	38,1	379,3	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	3,0	3,4	9,4	60,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>692,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>80,46</b>	<b>587,5</b>	
<b>Вторник 10.12.2024</b>							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	60	1,6	4,4	8,2	82,2	78/2004
	Птица отварная (голень)	90	11,4	10,1	0,3	174,0	ТТК№100,2
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	463/1994, 14/2005
	Нектар фруктовый	200	0,8	-	30,0	63,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Печенье «Чоко пай»	1/30	1,0	1,2	7,55	45,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>80,7</b>	<b>587,2</b>	
<b>Среда 11.12.2024</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
	Подкожолы с мясом с маслом сливочным	200/10	7,2	9,25	40,0	304,5	ТТК№99,3, 14/2005
	Компот из свежих яблок и черной смородины	200	0,2	---	26,0	100,0	ТТК№37
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,75</b>	<b>76,5</b>	<b>587,5</b>	
<b>Четверг 12.12.2024</b>							
Завтрак	Котлета рыбная «Неженка» с соусом основным красным	100(70/30)	11,0	11,1	29,1	169,5	ТТК№23 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	3,06	12,89	171,0	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
	Фрукты: мандарины свежие	1шт(150)	1,2	0,3	11,2	49,5	ТН
<b>Итого</b>		<b>625,0</b>	<b>17,8</b>	<b>15,7</b>	<b>76,4</b>	<b>578,0</b>	
<b>Пятница 13.12.2024</b>							
Завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	90 (50/40)	9,2	5,2	16,0	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	155	4,9	6,5	9,6	176,0	469/1994
	Нектар фруктовый	200	0,8	-	30,0	60,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	2,0	3,6	7,2	46,2	ТН
	Фрукты: груша свежая	1 шт (200)	0,9	0,2	8,0	49,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>668,0</b>	<b>19,7</b>	<b>15,7</b>	<b>83,7</b>	<b>587,5</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

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 09.12.2024г.</b>							
Обед 2 смена	Гарнировка: Салат из квашеной капусты	60	-	3,0	4,86	27,2	ТТК№50
	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	14,0	13,1	38,1	379,3	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	3,0	3,4	9,4	60,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>912,0</b>	<b>26,9</b>	<b>25,1</b>	<b>103,8</b>	<b>808,5</b>	
<b>Вторник 10.12.2024</b>							
Обед 2 смена	Гарнировка: икра свекольная	60	1,6	4,4	8,2	82,2	78/2004
	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	5,45	6,7	18,6	163,0	124/2004 Т-17/1994
	Птица отварная (голень)	90	11,4	10,1	0,3	174,0	ТТК№100,2
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	463/1994, 14/2005
	Нектар фруктовый	200	0,8	-	30,0	63,0	ТН
	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
	Печенье «Чоко пай»	1/30	1,0	1,2	7,55	45,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>813,0</b>	<b>27,1</b>	<b>26,8</b>	<b>116,2</b>	<b>822,2</b>	
<b>Среда 11.12.2024</b>							
Обед 2 смена	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	10,6	4,7	16,2	194,0	132/2004 112/2004
	Подкоголи с мясом с маслом сливочным	200/10	7,2	9,25	40,0	304,5	ТТК№99,3 14/2005
	Напиток из свежих яблок и черной смородины	200	0,2	---	26,0	100,0	ТТК№37
	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 «Марсианка»	2/11	0,4	13,0	14,0	82,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>710,0</b>	<b>22,7</b>	<b>27,6</b>	<b>126,0</b>	<b>813,5</b>	
<b>Четверг 12.12.2024</b>							
Обед 2 смена	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,9	9	19,8	163,0	Т1/3/1994
	Котлета рыбная «Неженка» 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
	Фрукты: мандарины свежие	1шт (150)	1,2	0,3	11,2	49,5	ТН
<b>Итого</b>		<b>878,0</b>	<b>28,1</b>	<b>24,1</b>	<b>114,9</b>	<b>872,0</b>	
<b>Пятница 13.12.2024</b>							
Обед 2 смена	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	4,9	7,5	9,6	176,0	469/1994
	Нектар фруктовый	200	0,8	0	30,0	60,0	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	7,2	46,2	ТН
	Фрукты: груша свежая	1 шт (200)	0,9	0,2	8,0	49,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>921,0</b>	<b>27,9</b>	<b>27,1</b>	<b>117,8</b>	<b>860,5</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы № 20

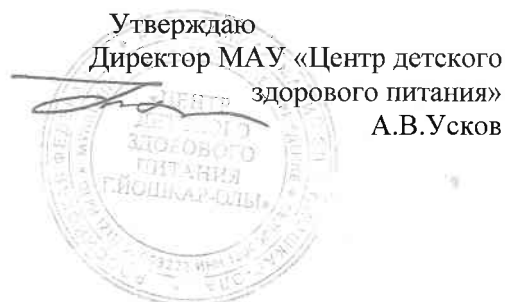
20

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 09.12.2024г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: салат из квашенной капусты	100	-	3,0	4,86	27,2	ТТК №50
	Плов по-домашнему	50/150	14,0	13,1	38,1	379,3	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>18,1</b>	<b>16,5</b>	<b>83,95</b>	<b>588,5</b>	
<b>Вторник 10.12.2024</b>							
Завтрак	Птица отварная (голень) с соусом основным красным	90/30	11,4	10,1	0,3	174,0	ТТК№100,2 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	210	6,1	5,4	23,8	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>555,0</b>	<b>20,2</b>	<b>15,4</b>	<b>67,0</b>	<b>650,0</b>	
<b>Среда 11.12.2024</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 13.12.2024</b>							
Завтрак	Котлета рыбная «Неженка» с соусом основным красным	100 (60/40)	11,0	11,1	29,1	169,5	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>15,4</b>	<b>86,4</b>	<b>657,5</b>	
<b>Пятница 14.12.2024</b>							
Завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	100 (50/50)	9,2	5,6	16,0	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	230	8,3	9,6	25,3	323,0	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>555,0</b>	<b>19,6</b>	<b>15,4</b>	<b>69,2</b>	<b>637,0</b>	

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



Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 09.12.2024г.</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 10.12.2024</b>							
Полдник	Каша пшеничная вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	Т4/1994
	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 11.12.2024</b>							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157,0	Т4/2004
	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 12.12.2024</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 13.12.2024</b>							
Полдник	Каша пшеничная вязкая	200	5,98	3,15	29,7	174,0	Т4/1994
	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

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 09.12.2024г.</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	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
<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 10.12.2024</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 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 11.12.2024</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 12.12.2024</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 13.12.2024</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

*[Подпись]*

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 09.12.2024г.</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	180	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>808,0</b>					
<b>Вторник 10.12.2024</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>33,5</b>	<b>27,0</b>	<b>103,3</b>	<b>978,3</b>	
<b>Среда 11.12.2024</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	180	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>Четверг 12.12.2024</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
	Капа гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/5	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>							
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
Фрукты: яблоко свежее	1 шт	0,6	0	18,9	78,0	338/2005	
<b>Итого</b>							

\*Стоимость 1 комплекса обеда 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

2 завтрак от 7 до 12 лет ОБЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 09.12.2024г.</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 пшениная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	10	0,1	5,2	0,1	74,0	14/2005
	Сок в ассортименте	0,2	0,8	-	30,0	60,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>505,0</b>	<b>18,6</b>	<b>26,6</b>	<b>84,1</b>	<b>562,2</b>	
<b>Вторник 10.12.2024</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 яблок	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 11.12.2024</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, масло сливочное	160/5	3,44	8,2	3,44	246,0	465/1994, 14/2005
	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
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>520,0</b>	<b>14,6</b>	<b>19,8</b>	<b>69,2</b>	<b>685,0</b>	
<b>Четверг 12.12.2024</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 13.12.2024</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
	Батончик Чио рио	1/30	0,3	3,0	5,7	52,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>610,0</b>	<b>14,5</b>	<b>26,9</b>	<b>125,4</b>	<b>686,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано

Директор Школы № 20



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 09.12.2024г.</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 пшеничная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	10	0,1	5,2	0,1	74,0	14/2005
	Сок в ассортименте	0,2	0,8	-	30,0	60,0	ТН
Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57	
<b>Итого</b>		<b>505,0</b>	<b>18,6</b>	<b>26,6</b>	<b>84,1</b>	<b>562,2</b>	
<b>Вторник 10.12.2024</b>							
полдник	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Компот из свежих яблок	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 11.12.2024</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, масло сливочное	160/5	3,44	8,2	3,44	246,0	465/1994, 14/2005
	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
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	1,3	4,8	18,6	123,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>520,0</b>	<b>14,6</b>	<b>19,8</b>	<b>69,2</b>	<b>685,0</b>	
<b>Четверг 12.12.2024</b>							
полдник	Гарнировка: огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	ТТК№71
	Бургерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Макаронные изделия 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 13.12.2024</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
	Батончик Чио рио	1/30	0,3	3,0	5,7	52,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>610,0</b>	<b>14,5</b>	<b>26,9</b>	<b>125,4</b>	<b>686,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей