



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.02.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	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
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/0,2	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого		680,0	15,4	15,8	83,8	550,0	
Вторник 04.02.2025							
Завтрак	Котлета «Особая», соус основной красный	90 (50/40)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	154	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		615,0	15,4	17,8	75,0	587,0	
Среда 05.02.2025							
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 Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК1
Итого		500,0	19,0	19,0	78,0	587,0	
Четверг 06.02.2025							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре	150	3,2	6,4	21,9	201,0	472/1994
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	20,9	100,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	30	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
Итого		505,0	15,66	17,1	82,6	528,0	
Пятница 07.02.2025							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	75/50	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	150	3,6	7,8	20,4	261,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		500,0	18,0	19,0	66,5	537,0	

*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 03.02.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	4,5	7,6	17,7	257,0	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	16,1	20,8	67,6	573,0	
Вторник 04.02.2025							
	Котлеты «Особая», соус основной красный	110 60/50	8,09	9,1	13,8	170,0	2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	220	5,5	8,8	35,9	225,0	465/1994
	АК 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:		555,0	16,7	18,1	94,2	582,0	
Среда 05.02.2025							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134,0	2/2004
	Яйцо отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша Дружба с маслом сливочным	220/10	6,1	6,2	23,05	196,0	14/2005, 14/2004
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		553,0	16,7	17,1	84,2	568,0	
Четверг 06.02.2025							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	218,0	472/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
Итого		550,0	16,9	16,6	79,9	638,0	
Пятница 07.02.2025							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	10,0	4,24	158,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	190	5,3	9,5	24,9	319,0	469/1994
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		555,0	22,2	20,1	74,1	670,0	

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



Согласовано
Директор Школы № 20

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 03.02.2025							
2 завтрак	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		655,0	23,1	27,0	94,7	663,0	
Вторник 04.02.2025							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/20	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Нектар фруктовый	1/0,2	6,0	6,4	9,4	80,0	ТН
Итого:		560,0	20,4	22,1	61,2	446,6	
Среда 05.02.2025							
2 завтрак	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		505,0	19,7	16,1	90,2	604,0	
Четверг 06.02.2025							
2 завтрак	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		550,0	10,1	18,5	120,1	632,0	
Пятница 07.02.2025							
2 завтрак	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК 48 528/3/1994
	Рис отварной	180	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		495,0	14,4	12,3	51,4	515,0	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 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		
Понедельник 03.02.2025							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	8,9	9,46	33,2	235,0	140/2004, 112/2004
	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	160/5	6,0	7,55	23,0	170,0	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
Итого		743,0	28,05	26,96	123,0	783,0	
Вторник 04.02.2025							
Обед 2 смена	Рассольник ленинградский на к/б	200	11,55	9,85	43,3	195,0	132/2004
	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (50/40)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	3,39	154,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Фрукт. апельсин свежий	150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого:		865,0	26,95	27,65	117,19	782,0	
Среда 05.02.2025							
Обед 2 смена	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	200/20	8,25	11,5	26,0	206,0	110/2004 112/2004
	Биточки по-белорусски, соус сметанный с томатом	100 (60/40)	9,8	8,7	2,65	215,0	467/2004,601/2004
	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,8	33,9	171,0	463/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		761,0	26,95	27,65	117,3	822,0	
Четверг 06.02.2025							
Обед 2 смена	Гарнировка: икра морковная	60	2,2	7,5	10,1	55,0	78/2004
	Суп картофельный с бобовыми, мясные фрикадельки	220	7,4	5,4	23,8	186,0	139/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Картофельное пюре	180	3,8	7,7	26,3	233,0	472/1994
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	20,9	100,0	ТТК37
	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
Итого		818,0	26,26	28,1	115,8	823,0	
Пятница 07.02.2025							
Обед 2 смена	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	4,5	22,4	167,0	138/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	12,3	12,0	0,4	138,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	150	3,6	6,5	33,4	261,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	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 Марсианка	1/11	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
Итого		739,0	27,8	26,6	112,8	817,0	

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



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 03.02.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	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	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	41,5	27,1	149,2	959,0	
Вторник 04.02.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	228,0	472/1994
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого:		815,0	23,3	21,1	105,9	800,0	
Среда 05.02.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	6,6	5,4	32,3	219,0	110/2004
	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/50	9,45	5,5	16,34	202,0	ТТК№48, 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	272,0	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		808,0	27,6	19,6	140,3	884,0	
Четверг 06.02.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	268,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	44,5	22,2	131,3	891,0	
Пятница 07.02.2025							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	-	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
Итого		808	27,8	23,3	128,5	809,0	

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

Согласовано
Директор Школы №



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



Обед от 12 лет и старше -СВО,многодетные,ОВЗ

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.02.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	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	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	41,5	27,09	149,2	959,0	
Вторник 04.02.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом основным красным	60/40	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	3,9	8,4	27,4	218,0	472/1994
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого:		1005,0	25,9	26,6	112,3	850,0	
Среда 05.02.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	11,2	7,4	32,5	259,0	110/2004 112/2004
	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/50	10,0	7,2	11,3	164,4	ТТК№48 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	272,0	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		828,0	33,7	23,3	135,5	886,4	
Четверг 06.02.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	268,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801,0	44,5	22,2	131,3	891,0	
Пятница 07.02.2025							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/0,2	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
	Итого		1008,0	28,8	23,5	146,5	891,0

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

Согласовано
 Директор Школы № 20



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		
Понедельник 03.02.2025							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная, масло сливочное	150/5	4,35	4,35	24,75	155,0	ТТК№231 14/2005
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Фрукт: груша свежая	1 шт (150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		530,0	7,5	6,2	68,0	429,0	
Вторник 04.02.2025							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная, масло сливочное	190/10	6,6	4,62	30,3	157,0	Т4/2004, 14/2005
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого:		425,0	8,6	4,8	68,4	314,0	
Среда 05.02.2025							
Полдник	Каша рисовая молочная, масло сливочное	180/5	5,2	5,2	29,7	186,0	Т4/1994 14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		410,0	12,0	10,4	75,1	437,0	
Четверг 06.02.2025							
Полдник	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	160/5	4,5	6,8	33,9	208,0	Т4/1994 14/2005
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
	Итого		590,0	13,2	13,4	86,2	448,0
Пятница 07.02.2025							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Каша манная, масло сливочное	200/5	6,4	3,6	33,2	181,8	Т4/1994 14/2005
	Компот из свежих яблок	200	0,2	-	37,6	106,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		480,0	15,2	9,7	93,9	468,8	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 48 рублей