



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.12.2024							
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
Итого		692,0	19,2	19,7	80,46	587,5	
Вторник 24.12.2024							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	60	1,1	3,9	8,2	82,2	78/2004
	Птица запеченная (бедро)	90	10,9	10,1	0,3	179,0	ТТК №32,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	463/1994, 14/2005
	Нектар фруктовый	0,2	0,8	-	30,0	63,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №57
	Батончик Милки вей	1/26	0,8	2,3	10,6	30,0	ТН
Итого:		556,0	18,0	20,3	83,75	577,2	
Среда 25.12.2024							
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
	Подкожогли с мясом с маслом сливочным	200/10	6,4	6,9	30,5	274,5	ТТК №99,3, 14/2005
	Компот из свежих яблок и черной смородины	200	0,2	---	26,0	100,0	ТТК №37
Итого		500,0	18,4	17,45	67,0	557,5	
Четверг 26.12.2024							
Завтрак	Гарнировка: салат из морской капусты	60	0	0,6	3,0	17,0	ТТК51
	Котлета рыбная «Неженка» с соусом основным красным	100(70/30)	10,4	11,0	26,26	152,8	ТТК №23 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	3,05	12,89	164	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
	Шоколад Аленка	1/15	2,0	3,6	7,2	26,2	ТН
	Фрукты: мандарины свежие	1шт(100)	1,2	0,3	11,2	39,5	ТН
Итого		650,0	19,2	19,75	83,75	587,5	
Пятница 27.12.2024							
Завтрак	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	90 (50/40)	9,2	7,2	16,0	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	155	4,9	8,2	9,6	176,0	469/1994
	Нектар фруктовый	0,2	0,8	-	30,0	60,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №57
	Фрукты: груша свежая	1 шт (200)	0,9	0,2	8,0	49,0	ТН
Итого		670,0	17,7	15,8	76,5	541,3	
Суббота 28.12.2024							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	12,35	0,2	197,0	ТТК100.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	29,3	162,0	463/1994,14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	37,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №57
	Фрукт: яблоко свежее	200	3,0	3,4	9,4	60,0	ТН
Итого		687,0	18,2	19,75	67,0	517,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей



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 23.12.2024г.							
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	T4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	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
Итого		500,0	18,6	24,0	84,1	525,2	
Вторник 24.12.2024							
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
	Итого:		620,0	46,1	16,4	87,6	549,0
Среда 25.12.2024							
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	150	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	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
	Итого		505,0	14,6	17,2	69,2	648,0
Четверг 26.12.2024							
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
	Макароны 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
	Итого		526,0	16,5	19,4	117,8	698,6
Пятница 27.12.2024							
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 Чю рио	1/30	0,3	3,0	5,7	52,0	ТН
	Итого		610,0	14,5	26,9	125,4	686,0
Суббота 28.12.2024							
2 завтрак	Гарнировка: Огурец свежий	60	0,4	0,06	1,1	6,6	ТТК№71
	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
	Сок в ассортименте	0,2	0,8	-	30,0	60,0	ТН
	Вафли «Джумка»	1/37	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
	Итого		552,0	19,22	23,06	100,19	623,6

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей



Согласовано
 директор Школы № 20
 г. Йошкар-Ола

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		
Понедельник 23.12.2024г.							
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
Итого		557	18,1	16,5	83,95	588,5	
Вторник 24.12.2024							
Завтрак	Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным	90/30	11,4	10,1	0,3	174,0	ТТК№100,2 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	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
Итого:		555,0	20,2	15,4	67,0	650,0	
Среда 25.12.2024							
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
Итого		553,0	22,3	27,6	97,6	682,3	
Четверг 26.12.2024							
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
Итого		558	20,1	15,4	86,4	657,5	
Пятница 27.12.2024							
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
Итого		555,0	19,6	15,4	69,2	637,0	
Суббота 28.12.2024							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	6,1	5,4	23,8	296,0	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
Итого		557,0	18,8	22,6	52,1	614,0	

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



Согласовано
 Директор Школы № 20
 20
 20
 г. Йошкар-Ола

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

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

Дата	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.12.2024г.							
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
Итого		808,0	39,7	29,6	137,0	942,0	
Вторник 24.12.2024							
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
Итого:		808,0	33,5	27,0	103,3	978,3	
Среда 25.12.2024							
Обед	Рассольник Ленинградский	250	5,1	5,3	20,0	143,0	132/2004
	Фрикадельки мясные	20	4,6	2,1	0,2	40,0	112//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
Итого		1008,0	35,6	29,4	138,2	1039,0	
Четверг 26.12.2024							
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	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
	Фрукты: яблоко свежее	1 шт(150)	0,6	0	18,9	78,0	338/2005
Итого		970,0	28,1	27,9	124,5	932,0	
Пятница 27.12.2024							
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
	Конфета Марсианка	1/11	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
Итого		819,0	24,1	30,78	131,8	915,0	
Суббота 28.12.2024							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, Т17/1994
	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	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Батончик Милки вэй	1/26	0,8	2,3	18,0	30,0	ТН
Итого		794,0	42,25	29,4	167,2	989,0	

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



Согласовано

Директор Школы № 20

№ 20

г. Йошкар-Ола

Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.12.2024г.							
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
Итого		803,0	35,1	27,5	136,8	902,0	
Вторник 24.12.2024							
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
Итого:		808,0	27,5	20,6	93,9	858,3	
Среда 25.12.2024							
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
Итого		803,0	25,0	20,9	128,6	879,0	
Четверг 26.12.2024							
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
Итого		825,0	27,5	27,9	105,7	854,0	
Пятница 27.12.2024							
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
Итого		808,0	23,9	29,3	124,8	874,0	
Суббота 28.12.2024							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, Т17/1994
	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		801,0	41,5	27,1	149,2	959,0	

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



Согласовано

Директор Школы № 20

С.А. Давыдова



Утверждаю

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

Обед с 7-12 лет вторая смена

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.12.2024г.							
Обед 2 смена	Гарнировка: Салат из квашенной капусты	60	-	3,5	4,86	41,2	ТТК№50
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	7,73	6,4	36,75	221,0	139/2004,112/2004
	Плов по-домашнему	50/150	14,0	14,1	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
Итого		912,0	26,9	27,6	117,21	822,5	
Вторник 24.12.2024							
Обед 2 смена	Гарнировка: икра свекольная	60	1,1	3,9	8,2	82,2	78/2004
	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	5,45	7,7	18,6	163,0	124/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	90	10,9	10,1	0,3	179,0	ТТК№32,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	21,75	162,0	463/1994, 14/2005
	Нектар фруктовый	0,2	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
	Батончик Милки вей	1/26	0,8	2,3	18,0	30,0	ТН
Итого:		759,0	25,9	28,4	126,65	812,2	
Среда 25.12.2024							
Обед 2 смена	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	10,6	11,7	21,2	194,0	132/2004 112/2004
	Подкоголи с мясом с маслом сливочным	200/10	10,4	14,5	27,1	334,0	ТТК№99,3, 14/2005
	Компот из свежих яблок и черной смородины	200	0,2	---	26,0	100,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		713,0	27,4	27,0	117,0	822,0	
Четверг 26.12.2024							
Обед 2 смена	Гарнировка: салат из морской капусты	60	0	0,6	3,0	17,0	ТТК51
	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,9	7	19,8	163,0	Т1/3/1994
	Котлета рыбная «Неженка» с соусом основным красным	100(70/30)	10,4	11,0	26,26	152,8	ТТК№23 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	3,05	12,89	164	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Шоколад Аленка	1/15	2,0	3,6	7,2	26,2	ТН
Фрукты: мандарины свежие	1шт(100)	1,2	0,3	11,2	39,5	ТН	
Итого		903,0	27,52	27,2	120,45	822,5	
Пятница 27.12.2024							
Обед 2 смена	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	220 (200/20)	6,8	11,0	23,6	209,0	134/2004 112//2004
	Котлета куриная запеченная с соусом основным красным	90 (50/40)	9,2	7,2	16,0	195,3	ТТК №48 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	155	4,9	8,2	9,6	176,0	469/1994
	Нектар фруктовый	0,2	0,8	-	30,0	60,0	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
	Фрукты: груша свежая	1 шт (200)	0,9	0,2	8,0	49,0	ТН
Итого		923,0	26,9	27,2	117,0	822,3	
Суббота 28.12.2024							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	5,7	4,9	50,2	245,0	140/2004, Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	12,35	0,2	197,0	ТТК100.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,5	3,8	29,3	162,0	463/1994,14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	37,0	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57	
Итого		907,0	26,9	27,65	117,2	822,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 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 23.12.2024г.							
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
Итого		375	6,55	4,55	65,65		
Вторник 24.12.2024							
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
Итого:		425	8,08	3,35	57,6	293,0	
Среда 25.12.2024							
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
Итого		375	8,8	4,82	71,2	338,0	
Четверг 26.12.2024							
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
Итого		375	6,45	4,55	52,65	274,0	
Пятница 27.12.2024							
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
Итого		425	8,18	3,35	70,6	355,0	
Суббота 28.12.2024							
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
Итого		375	6,55	4,55	65,65	336,0	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 7 рублей



Согласовано
 Директор Школы № 20

10
Салю Л.Г.

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		
Понедельник 23.12.2024г.							
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 пшениная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	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
Итого		500,0	18,6	24,0	84,1	525,2	
Вторник 24.12.2024							
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
Итого:		620,0	46,1	16,4	87,6	549,0	
Среда 25.12.2024							
Полдник	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	150	3,39	5,6	3,39	209,0	465/1994
	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
Итого		505,0	14,6	17,2	69,2	648,0	
Четверг 26.12.2024							
Полдник	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
	Макароны 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
Итого		526,0	16,5	19,4	117,8	698,6	
Пятница 27.12.2024							
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
Итого		610,0	14,5	26,9	125,4	686,0	
Суббота 28.12.2024							
Полдник	Гарнировка: Огурец свежий	60	0,4	0,06	1,1	6,6	ТТК№71
	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
	Сок в ассортименте	0,2	0,8	-	30,0	60,0	ТН
	Вафли «Джумка»	1/37	1,2	2,4	11,8	74,0	ТН
Итого		552,0	19,22	23,06	100,19	623,6	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

