

Согласовано:  
Директор Школы № 10

*И.И.Иванов*

Утверждено:  
Директор МАОУ "Школы № 10  
здорового питания"



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Четверг 01.06.2023</b>							
Завтрак	Плюс по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,5	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Пирожное "Подсолнух"	90	5,6	21,7	40,1	480	ТТК № 8
<b>Итого за завтрак</b>		<b>548</b>	<b>33,9</b>	<b>37,2</b>	<b>124,9</b>	<b>1020</b>	
Обед	Суп картофельный с макарон изделиями и щиплеными отварными	200/20	31,2	4	18,5	197	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28.1
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>738</b>	<b>42,05</b>	<b>20,18</b>	<b>111,5</b>	<b>785</b>	
<b>Пятница 02.06.2023</b>							
Завтрак	Машиник	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК № 5
	Подлива сладкая	25	0,048	0	7,5	25	ТТК № 25
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>607</b>	<b>16,048</b>	<b>24,15</b>	<b>114,3</b>	<b>710</b>
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками	200/20	8,2	5,6	8,6	117	124/2004; ТТК № 10
	Котлета Курочная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,65	6,1	18,1	225	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
	<b>Итого за обед</b>		<b>750</b>	<b>26,4</b>	<b>24,4</b>	<b>142,6</b>	<b>875</b>

*Нач. лагеря ОН Р 1 Засекина И.С.*



Согласовано:

Директор Школы №

*М.Ф. М. Галко*



Директор МБОУ "Средняя школа №1"  
детского образовательного центра

Завтрак 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Четверг 01.06.2023</b>							
Завтрак	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 ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
	Пирожное "Подсолнух"	90	5,6	21,7	40,1	480	ТТК № 8
<b>Итого за завтрак</b>		<b>556</b>	<b>34,4</b>	<b>37,4</b>	<b>128,9</b>	<b>1031</b>	
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, 117/1994
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28.1
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>808</b>	<b>47</b>	<b>21,8</b>	<b>118,4</b>	<b>849</b>	
<b>Пятница 02.06.2023</b>							
Завтрак	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК № 5
	Подливка свиная	25	0,05	0	7,5	25	ТТК № 25
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>607</b>	<b>16</b>	<b>24,2</b>	<b>114,3</b>	<b>710</b>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками	250/20	10	6,8	10,4	142	124/2004; ТТК № 10
	Котлета Куринная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	180	4	6,8	42,6	252	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>28,1</b>	<b>23,5</b>	<b>133,1</b>	<b>837</b>	

*Нач. лагеря @уф / Золотарова Н.А.*

Согласовано:  
Директор Школы № 10

*М.П. М.П. Чалко*

Директор МКОУ "Центра детского творчества" № 10



Завтра с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 05.06.2023</b>							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/199
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	180	7,9	5,5	36,3	188	Т4/200
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК № 1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 1
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>703</b>	<b>23,4</b>	<b>21,2</b>	<b>114,4</b>	<b>697</b>	
Обед	Щи из свеклы капуста с картофелем и фрикадельками	200/20	8,2	5,6	8,6	117	124/2004; ТТ
	Котлета "Улыбка"	50	5,72	5,5	3,9	92	ТТК № 1
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/19
	Картофельное пюре	150	1,32	7,06	22,89	171	472/199
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/199
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 1
	Крендель в шоколаде	65	5,6	18	21,6	294	ТТК № 1
<b>Итого за обед</b>		<b>792</b>	<b>9,09</b>	<b>38,06</b>	<b>101,8</b>	<b>888</b>	
<b>Вторник 06.06.2023</b>							
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК № 1
	Котлета по-хмельновски	70	11,3	14,2	3,2	184	454/200
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,3	19	528/3/19
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/199
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/19
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 1
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>3,32</b>	<b>26,36</b>	<b>101,2</b>	<b>760</b>	
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	114	132/200
	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 4
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/19
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,12	288	463/199
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/199
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 1
<b>Итого за обед</b>		<b>718</b>	<b>8,06</b>	<b>22,18</b>	<b>115,3</b>	<b>735</b>	
<b>Среда 07.06.2023</b>							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 1
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/199
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Сочни с творогом	75	9	12,8	32	255	ТТК № 1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>657</b>	<b>12,42</b>	<b>25,8</b>	<b>102,6</b>	<b>666</b>	
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	200	7,1	3,6	10,9	166	110/200
	Шницель рубленый	50	13	14	4	189	450/200
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/19
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/199
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	123	638/200
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 1
<b>Итого за обед</b>		<b>718</b>	<b>30,3</b>	<b>25,8</b>	<b>118,1</b>	<b>870</b>	

*М.П. М.П. Чалко*

Согласовано:  
Директор Школы № 20

*А. Р. М. Гусев*

Директор  
подпись:



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Четверг 08.06.2023</b>							
Завтрак	Каша пшеница молочная	150	4,4	6,6	33,4	169	ТТК №62
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Корж молочный	100	4,8	8,5	48,4	288	102/1999
<b>Итого за завтрак</b>		<b>683</b>	<b>13,45</b>	<b>15,3</b>	<b>99,8</b>	<b>748</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004, 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
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,9	0,6	36,8	286	ТТК № 6.4
	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	<b>Итого за обед</b>		<b>758</b>	<b>35,15</b>	<b>15,98</b>	<b>136,3</b>	<b>930</b>
<b>Пятница 09.06.2023</b>							
Завтрак	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК №40
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>563</b>	<b>22,85</b>	<b>14,4</b>	<b>98,4</b>	<b>722</b>	
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994
	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	<b>Итого за обед</b>		<b>745</b>	<b>42,1</b>	<b>20,18</b>	<b>101,6</b>	<b>746</b>

*Нач. лагеря Э. П. Захарова Н.*

Сотрудник  
Директор Центра № 19  
*М.П. М.С.С.С.*



Запрос 12 лет и старше

Проектная группа	Наименование блока	Его стоимость	Планируемые объемы			% от утвержденных объемов		
			Е	Ж	У			
<b>Июль 2013</b>								
Запрос	Итого запрос	48	3,1	4,8	0,3	0,1	23-1191	
	Бюджетные и социальные	20105	1,7	2,3	21,3	114	10104	
	Квоты из областного бюджета (входит в бюджет)	180	1,3	2,2	16,3	188	10104	
	Аб. Квоты (Итого)	180	0,3	0	18	130	ТТК №1	
	Хлеб разное-массовый	33	3,4	0,4	16,3	71	ТТК № 37	
	Платные (бюджетосборный) и коммерческие	180	0	0,4	0,4	130	ТТ	
Итого по запросу		793	33,4	31,3	134,4	597		
	Общ.	Школы с основной частью в образовательном учреждении	21870	2,8	0,8	10,3	145	1142004; ТТК010
		Квоты "Удальцы"	30	0,72	0,5	3,3	82	ТТК № 15
		Сред. образоват. учреждений	44	1,15	1,5	3,84	31	11820194
		Бюджетные школы	208	0,4	0,3	30,4	217	4720194
		Чай с молоком	2007	0,7	0	15,2	60	8150194
Хлеб разное-массовый		1015	2,8	0,4	24,8	112	ТТК № 37	
Итого по общ.		817	16,17	13,5	85,4	479		
	<b>Июль 2013</b>							
	Запрос	Бюджетные и социальные учреждения	180	1,9	2	3,8	18	ТТК №41
		Квоты из областного	12	11,3	14,2	3,3	184	450204
		Сред. образоват. учреждений	44	0,6	0,9	3,3	18	10001194
		Министерство образования республики	188	0,1	3,1	35,6	247	4001194
Чай с молоком		208	1,5	1,5	17,3	87	00001194	
Хлеб разное-массовый		221	2,8	0,4	25,8	121	ТТК № 37	
Итого по запросу		628	21,4	24,2	85,2	718		
	Общ.	Бюджетные и социальные учреждения	180	2,1	4,2	10	114	112004
		Квоты из областного бюджета (входит в бюджет)	44	0,4	0,3	0,8	184	ТТК № 47
		Сред. образоват. учреждений	44	1,18	1,8	4,6	18	10001194
		Квоты из областного бюджета	208	11,8	11,8	25,9	200	401194
		Чай с молоком	208	0,2	0	15	38	0001194
Хлеб разное-массовый		11	2,0	0,4	16,0	73	ТТК № 37	
Хлеб разное-массовый	11	1,9	0,2	13,0	61	ТТК № 37		
Итого по общ.		808	21,28	24,9	108,2	607		
	<b>Сентябрь 2013</b>							
	Запрос	Бюджетные и социальные	180	0,38	1,8	43,18	327	ТТК № 54
		Чай с молоком	1807	0,3	0	15,2	60	0201194
		Платные (бюджетосборный) и коммерческие	180	0	0,4	0,4	120	ТТ
		Сред. с государством	33	0	12,8	32	335	ТТК № 38
Хлеб разное-массовый		22	1,8	0,2	12,9	61	ТТК № 37	
Итого по запросу		681	23,50	27,1	109,88	783		
	Общ.	Бюджетные и социальные учреждения	220	0,8	4,1	12	267	110204
		Квоты из областного бюджета	30	1	1	1	183	450204
		Сред. образоват. учреждений	33	1,13	1,1	3,84	31	11820194
		Бюджетные школы	208	0,4	0,3	30,4	217	4720194
Чай с молоком		2007	0,7	0	15,2	60	8150194	
Итого по общ.		668	21,25	18	120,64	605		
	<b>Сентябрь 2013</b>							
	Запрос	Хлеб разное-массовый	180	2,1	3,9	40	202	ТТК №62
		Министерство образования	12	0,1	0,2	0,1	71	141205
		Квоты из областного бюджета (входит в бюджет)	208	0,35	0	35,1	98	ТТК № 1
Хлеб разное-массовый		22	2,6	0,4	16,0	73	ТТК № 37	
Платные (бюджетосборный) и коммерческие		208	0	0,4	0,4	120	ТТ	
Итого по запросу		621	0,70	15	51,8	668		
	Общ.	Сред. образоват. учреждений в образовательном учреждении	15018	16	0,3	39,3	151	1200304; 112004
		Квоты из областного бюджета	30	0,4	1,8	4,8	130	450104
		Сред. образоват. учреждений	30	1,13	1,1	3,84	31	11820194
		Министерство образования республики	188	0,9	0,9	36,9	286	ТТК № 54
Бюджетные школы		180	0,2	0	33,6	186	1810194	
Итого по общ.		661	26,35	17,8	141,44	634		
	<b>Ноябрь 2013</b>							
	Запрос	Платные (бюджетосборный) и коммерческие	180	3,1	0	5,0	20	ТТК №43
		Итого запрос (Итого)	18	0,2	3,1	0,6	284	481004
		Бюджетные и социальные	188	2,3	0,4	43,8	241	401194
Квоты из областного		181	0,1	0	37	187	ТТК №425	
Хлеб разное-массовый		210	4,8	0,8	33,8	141	ТТК № 37	
Итого по запросу		626	18,1	13,2	108,4	715		
	Общ.	Сред. образоват. учреждений в образовательном учреждении	20118	20,1	1	73	197	140104; 1110194
		Квоты из областного бюджета	30	16,1	7,2	11,8	135	000704
		Сред. образоват. учреждений	30	0,66	0,3	2,3	30	0100194
		Бюджетные школы	184	1,6	0,3	31,1	262	4720194
Чай с молоком		2007	0,3	0	12,2	60	0101194	
Итого по общ.		814	43,28	21	169	767		

*Нах. и архив [подпись] / Зинараева А.С.*

Согласовано:

Заведующий \_\_\_\_\_



Заказ № 7-12 лет

Принятый заказ	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые ценности			Энергетическая ценность	№ рецептура
			Б	Ж	У		
<b>Вторник 13.06.2023</b>							
Заказчик	Каша Курама запеченная	50	8,3	8	3,5	170	ТТК №48
	Суп овощной кремный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/1/194
	Каша гречневая рассычатая	40	9,28	9,28	4,12	288	452/194
	АК Чай с сахаром	100	0,2	0	5	58	628/194
	Хлеб ржаной-пшеничный	35	2,4	0,4	1,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,3	1,9	61	ТТК № 57
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	3,8	90	ТН
Итого за заказ		128	15,43	14,18	18,26	713	
Общая	Гарантию: пор. свежести	60	1,5	4,4	1,1	82	78/2024
	Расходник: консервированный на костях бульон	100	4,1	4,2	6	114	132/2004
	Каша овсяная из молока	70	12,1	7,3	3,6	156	388/2004
	Суп овощной кремный	30	0,69	0,9	3	19	528/1/194
	Картофельные пюре	100	3,51	7,88	3,2	181	472/194
	Напиток из черной смородины и свежих яблок	100	0,35	0	3,1	99	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	123	3,8	0,4	3,8	132	ТТК № 57
Итого за день		178	24,45	28,18	118	713	
<b>Среда 14.06.2023</b>							
Заказчик	Мини-пирожки	150	7,8	17,55	6,3	444	ТТК №5
	Пюре из картофеля	25	0,948	0	5	25	ТТК №25
	Напиток из ягод	100	1,1	0	3,5	125	628/2004
	Хлеб ржаной-пшеничный	35	2,4	0,4	1,9	72	ТТК № 57
	Фрукты яблоки свежие	100	0,8	0	3,3	104	338/2005
Итого за заказ		488	12,148	17,95	19,6	770	
Общая	Суп картофельный с мясорубкой и картофельными отходами	210/20	21,2	4	1,5	197	140/2004, 717/1994
	Суп из свежих овощей	52/50	38	7	3	240	ТТК №20
	Рис отварной	100	3,65	6,1	3,1	225	455/1994
	Напиток из яблок запеченных	100	0,8	0	0	119	703/2004
	Хлеб пшеничный	125	3,8	0,4	3,8	132	ТТК № 57
Итого за день		726	67,45	17,6	11,7	863	
<b>Четверг 15.06.2023</b>							
Заказчик	Булочки с изюмом	215/25	1,7	4,3	3,5	134	30/94
	Каша рисовая молочная	200	2,8	3,4	4,1	223	ТТК № 65
	АК Чайлет (Юбилей)	100	0,3	0	8	120	ТТК №1
	Хлеб ржаной-пшеничный	35	2,4	0,4	1,9	72	ТТК № 57
	Напиток фруктовосодержащий в ассортименте	100	6	6,4	4	130	ТН
Итого за заказ		183	16,3	14,5	11,9	669	
Общая	Суп картофельный/рыбная консерва	210/20	5,8	4	1,8	114	710/1994
	Каша "Улыбка"	50	6,72	5,5	0	92	ТТК № 13
	Суп овощной кремный	30	1,15	1,5	3,84	32	528/1/194
	Картофельные пюре	150	3,32	7,05	2,89	171	472/194
	Чай с лимоном	100/7	0,3	0	1,2	63	628/1994
	Хлеб пшеничный	125	3,8	0,4	3,8	132	ТТК № 57
	Картофельный	75	6,7	8,2	4,2	287	102/1999
Итого за день		602	26,79	26,66	12,63	898	
<b>Пятница 16.06.2023</b>							
Заказчик	Салатик из овощей	20	9,6	0,25	2	182	ТТК№6
	Суп овощной кремный	20	1,15	1,5	3,84	32	528/1/194
	Мягкие изделия отварные	120	6,4	3,4	4,2	268	469/194
	АК Чай с сахаром	200	0,4	0	14,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржаной-пшеничный	35	2,4	0,4	1,9	72	ТТК № 57
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	3,8	90	ТН
Итого за заказ		523	18,85	12,1	9,84	785	
Общая	Бульон из мякоти картофеля на костях Бульон	200	7,1	3,6	1,9	166	110/2024
	Вафельные изделия Детский туалетный	40	8,8	6,3	8	104	ТТК № 47
	Суп овощной кремный	60	3,38	3,8	6	38	528/1/194
	Каша гречневая рассычатая	100	9,28	9,28	4,12	288	452/194
	Чай с сахаром	100	0,3	0	5	58	628/1994
	Хлеб ржаной-пшеничный	35	2,4	0,4	1,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	1,9	61	ТТК № 57
Итого за день		718	31,06	21,88	11,22	787	

Согласовано:  
Директор Школы № 20

*Л.А.А. - Л.П.Баско*



Завтрак 12 лет и старше

Продукты	Наименование блюда	Вес/объем	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Вторник 13.06.2023</b>							
Завтрак	Котлеты куриные запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус сметаной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	10,4	48,5	124	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржанो-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,3	12,9	61	ТТК № 57
	Перекруток "Зеленый"	100	1,9	13,8	31,3	207	ТТК № 4
Итого за завтрак		638	19,85	26,3	118,44	554	
Обед	Гарнировка: пори свекольная	100	2,4	7,3	13,4	136	78/2004
	Рассольник: ленинградский на костном бульоне	250	5,2	5,2	20	149	112/2004
	Котлеты рыбные на масле	70	12,1	7,2	11,8	156	388/2004
	Соус сметаной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,3	27,1	202	473/1994
	Напиток из черносмородиновой рыбы и сметане облепих	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	203	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за обед		896	26,94	22,4	119,9	698	
<b>Среда 14.06.2023</b>							
Завтрак	Мюсли	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК №5
	Подлив сметан	35	0,068	0	7,5	25	ТТК №25
	Напиток из южана	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фрукты: яблоки сметан	200	0,8	0	25,3	104	318/2005
Итого за завтрак		608	12,148	17,95	150,5	770	
Обед	Суп картофельный с макаронами, капустой и сметанкой отварной	250/20	26,5	5	23,1	346	140/2004, 117/1994
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,7	240	ТТК №20
	Рис отварной	180	4	6,8	42,6	257	455/1994
	Напиток из пахляки (яблочный)	200	0,8	0	30	110	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	303	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за обед		816	64,1	19,4	124,8	1001	
<b>Четверг 15.06.2023</b>							
Завтрак	Вутерброд с колбасой	200/225	1,7	4,2	37,5	134	3/2004
	Каша рисовая молочная	200	5,8	3,4	45,1	223	ТТК № 45
	АК Кофе с сахаром	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Напиток фруктоосахарозный в ассортименте	200	0	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		603	16,2	14,5	122,9	609	
Обед	Суп картофельный/бульон куриный	250/20	7	5	24,1	187	117/1994
	Котлеты "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус сметаной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,6	27,9	208	473/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб пшеничный	205	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за обед		807	22,87	21	109,74	681	
<b>Пятница 16.06.2023</b>							
Завтрак	Сырники по-татарски	50	9,6	6,25	4,2	187	ТТК№9
	Соус сметаной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	49,9	290	458/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,4	0	18,8	61	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	203	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		606	13,75	16,3	108,34	729	
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	250	8,6	4,7	12,7	302	110/2004
	Бифидок: рубленый, Детский тушаный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус сметаной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,8	10,8	50,6	138	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	203	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за обед		806	34,58	24	124	684	

Составлено:  
Директор Школы № 20

*С.В. Гуськов*



Завтрак 7- 2 лет

Прим. пища	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
<b>Понедельник 19.06.2023</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64	
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Крендель в шоколаде	65	5,6	18	31,6	294	ТТК №12	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>647</b>	<b>19,02</b>	<b>31</b>	<b>92,2</b>	<b>705</b>		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками	200/20	8,2	5,6	8,6	117	124/2004, ТТК№10	
	Шницель рубленый	50	13	14	4	189	450/2004	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994	
	Напиток из куртки	200	1,1	0	31,5	125	638/2004	
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН	
<b>Итого за обед</b>		<b>758</b>	<b>31,9</b>	<b>30,6</b>	<b>131,64</b>	<b>911</b>		
<b>Вторник 20.06.2023</b>								
Завтрак	Каша пшеница молочная	150	4,4	6,6	33,4	169	ТТК№62	
	Напиток из черноплодной рябины и сазанки яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1	
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Корж молочный	100	4,8	8,5	48,4	288	103/1999	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>683</b>	<b>13,45</b>	<b>15,3</b>	<b>99,8</b>	<b>748</b>		
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004, 112/2004	
	Котлета рубленая из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120	495/2004	
	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 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	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	<b>Итого за обед</b>		<b>728</b>	<b>34,05</b>	<b>15,93</b>	<b>130,24</b>	<b>883</b>	
<b>Среда 21.06.2023</b>								
Завтрак	Котлета Куринная запеченная	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994	
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429	
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН	
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>503</b>	<b>7,8</b>	<b>10,8</b>	<b>101,64</b>	<b>696</b>	
Обед	Суп картофельный с макарон изделиями и мясным фаршем	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, 117/1994	
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004	
	Соус основной красный	50	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994	
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994	
	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	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН	
	<b>Итого за обед</b>		<b>765</b>	<b>42,6</b>	<b>22,98</b>	<b>117,4</b>	<b>836</b>	





Согласовано:  
Директор Школы № 20

*С.В. Мухоморова*



«Завтрак 12 лет и старше»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пшеничные вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
<b>Понедельник 19.06.2023</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	6,36	7,8	40,38	207	ТТК № 64	
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	
	Напиток (фруктосодержащий) в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Крепкая заправка	65	5,6	1,8	21,6	294	ТТК №12	
Итого за завтрак		677	20,2	32,4	99,48	742		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками	250/20	10	6,8	10,4	138	124/2004; ТТК№10	
	Шницель рубленый	50	1,3	1,4	4	189	450/2004	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Рис отварной	200	4,3	7,6	47,6	281	463/1994	
	Напиток из юрты	200	1,1	0	31,5	125	638/2004	
	Хлеб разнотипный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Итого за обед		828	34,1	36,5	127,1	898	
<b>Вторник 20.06.2023</b>								
Завтрак	Каша пшеница молочная	180	5,2	7,9	40	202	ТТК№62	
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1	
	Хлеб разнотипный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Напиток (фруктосодержащий) в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Крепкая молочная	100	4,8	8,5	48,4	288	102/1999	
Итого за завтрак		713	13,5	15,3	99,8	781		
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	250/20	15,6	9,1	28,6	308	139/2004,11 2/2004	
	Котлета рубленая из филе шиклы	50	9,8	5,8	4,8	120	499/2004	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Макaronные изделия отварные с овощами	180	6,9	0,6	37,4	291	ТТК № 6,4	
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	385/1994	
	Хлеб разнотипный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Итого за обед		808	38	17,6	142	990	
<b>Среда 21.06.2023</b>								
Завтрак	Котлета Курочья запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Рис отварной	200	4,4	7,5	47,2	279	465/1994	
	Клецки яблочные	200	0,1	0	27	107	ТТК №429	
	Хлеб разнотипный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
Итого за завтрак		558	9,95	9,6	107,8	721		
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, Т17/1994	
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004	
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994	
	Картофельное пюре	180	3,9	8,9	29	217	472/1994	
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	
	Хлеб разнотипный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Кондитерские изделия в ассортименте	30	1,05	9	17,4	156	ТН	
	Итого за обед		845	48,1	31,4	127,8	981	