

Согласовано
Директор Школы № 28



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 | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| 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 пшенная 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 |
| | Напиток фруктосодержащий | 1/0,2 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61,0 | ТТК№57 |
| Итого | | 500,0 | 23,8 | 30,4 | 63,5 | 585,2 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| 2 завтрак | Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком | 150/20 | 45,3 | 16,4 | 31,1 | 356,0 | 362/2004 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190,0 | 693/2004 |
| | Фрукт: груша свежая | 1 шт(170) | 0,6 | 0 | 18,9 | 78,0 | 338/2006 |
| Итого: | | 540,0 | 50,8 | 21,4 | 82,5 | 624,0 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 |
| | Конфета вафельная «Ух-ты» | 1/30 | 1,3 | 4,8 | 18,6 | 123,0 | ТН |
| Итого | | 505,0 | 14,9 | 17,2 | 63,1 | 632,0 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| 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» | 1/18 | 0,8 | 2,9 | 11,2 | 74,0 | ТН |
| Итого | | 526,0 | 16,5 | 19,4 | 117,8 | | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| 2 завтрак | Запеканка из творога с какао, запеченная со сметаной | 120/10 | 19,6 | 9,9 | 22,0 | 246,0 | ТТК№100 |
| | 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 |
| Итого | | 560,0 | 26,0 | 16,3 | 72,4 | 536,0 | |

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

Согласовано
Директор Школы № 28

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

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---|----------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 8,3 | 5,4 | 23,3 | 174,0 | 139/2004 |
| | Гуляш из филе цыпленка | 50/50 | 12,3 | 12,0 | 0,4 | 138,0 | ТТК20 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,3 | 6,2 | 35,3 | 221,0 | 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 | | 708,0 | 31,4 | 24,2 | 120,4 | 792,0 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Щи из св. капусты с картофелем | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 77,0 | 124/2004 |
| | Цыпленок отварной | 20 | 3,6 | 0,7 | 0,1 | 32,0 | Т-17/1994 |
| | Котлета рыбная (минтай) с соусом основным красным | 100 (60/40) | 11,0 | 6,6 | 11,4 | 184,3 | 324/1994 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 164,0 | 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: | | 728,0 | 25,9 | 18,2 | 86,6 | 648,3 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Рассольник Ленинградский | 200 | 4,1 | 4,2 | 16,0 | 114,0 | 132/2004 |
| | Котлета «Улыбка» | 50/50 | 8,4 | 6,9 | 4,9 | 116,0 | ТТК№13 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,3 | 6,2 | 35,3 | 221,0 | 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 | | 708,0 | 22,4 | 17,9 | 114,0 | 704,0 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134,0 | Т1/3/1994 |
| | Сосиска отварная | 100 | 10,5 | 17,0 | 0,2 | 197,0 | ТТК№100,1 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,4 | 2,7 | 8,4 | 240,0 | 463/1994 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 5,2 | 0,1 | 74 | 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 | | 745,0 | 25,4 | 29,5 | 73,5 | 838,0 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой | 200 | 9,2 | 5,9 | 10,4 | 185,0 | 134/2004 |
| | Фрикадельки мясные | 20 | 4,6 | 2,1 | 0,2 | 40,0 | 112//2004 |
| | Котлеты домашние | 60 | 7,3 | 8,16 | 11,4 | 150,0 | 271/2/2005 |
| | Соус красный основной | 30 | 0,7 | 0,9 | 2,2 | 18,8 | 528/3/1994 |
| | Рис отварной | 150 | 3,3 | 5,8 | 37,0 | 204,0 | 465/1994 |
| | 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 | | 718,0 | 29,8 | 23,5 | 109,8 | 811,8 | |

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

Согласовано
Директор Школы № 28



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

28



Завтрак 7-12 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка: огурец свежий | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 | ТТК №71 |
| | Плов по-домашнему | 50/150 | 25,2 | 23,8 | 44,7 | 474,0 | 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 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| Итого | | 692,0 | 33,8 | 30,5 | 83,3 | 721,6 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка: капуста тушеная | 60 | 2,5 | 4,6 | 10,8 | 56,0 | 482/1994 |
| | Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным | 100(80/20) | 25,0 | 16,6 | 0,2 | 173,7 | ТТК №32 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,4 | 2,7 | 8,4 | 240,0 | 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 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 1шт(150) | 0,6 | 0,0 | 18,9 | 78,0 | 338/2005 |
| Итого: | | 685,0 | 35,2 | 24,1 | 81,2 | 727,7 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| 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 | 200 | 6,0 | 9,0 | 45,2 | 228,0 | 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 |
| Итого | | 500,0 | 19,3 | 26,3 | 76,2 | 588,3 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета рыбная (минтай) с соусом основным красным | 100(60/40) | 11,0 | 6,6 | 11,4 | 144,3 | 324/1994 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 2,06 | 12,89 | 171,0 | 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 |
| | Вафли | 1/28 | 3,54 | 2,82 | 45,0 | 145,0 | ТН |
| Итого | | 503,0 | 20,16 | 12,68 | 92,49 | 648,3 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | 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 | 5,8 | 6,7 | 17,6 | 225,0 | 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 |
| | Печенье «Чоко пай» | 1/30 | 1,35 | 4,8 | 18,6 | 123,0 | ТН |
| Итого | | 500,0 | 18,5 | 16,9 | 79,7 | 676,3 | |

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

Согласовано
Директор Школы №



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 11.11.2024г. | | | | | | | |
| Завтрак | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 8,3 | 5,4 | 23,3 | 174,0 | 139/2004 |
| | Плов по-домашнему | 50/150 | 25,2 | 23,8 | 44,7 | 474,0 | 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 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| Итого | | 832,0 | 41,7 | 35,8 | 105,5 | 889,0 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Щи из св. капусты с картофелем | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 77,0 | 124/2004 |
| | Цыпленок отварной | 20 | 3,6 | 0,7 | 0,1 | 32,0 | Т-17/1994 |
| | Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным | 100(80/20) | 25,0 | 16,6 | 0,2 | 173,7 | ТТК №32 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,4 | 2,7 | 8,4 | 240,0 | 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 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72,0 | ТТК№57 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 1шт(150) | 0,6 | 0,0 | 18,9 | 78,0 | 338/2005 |
| Итого: | | 878,0 | 42,3 | 24,1 | 95,8 | 852,7 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Рассольник Ленинградский | 200 | 4,1 | 4,2 | 16,0 | 114,0 | 132/2004 |
| | Котлета по-хлыновски с соусом основным красным | 100 (50/50) | 8,9 | 11,4 | 5,8 | 160,0 | 454/2004 528/38/1994 |
| | Каша пшеничная | 200 | 6,0 | 9,0 | 45,2 | 228,0 | Т4/2004 |
| | Напиток клюквенный | 200 | 0,1 | 0 | 24,9 | 97,0 | 700/2004 |
| | 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 | | 758,0 | 23,4 | 25,2 | 121,7 | 732,0 |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134,0 | Т1/3/1994 |
| | Котлета рыбная (минтай) с соусом основным красным | 100(60/40) | 11,0 | 6,6 | 11,4 | 144,3 | 324/1994 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 2,06 | 12,89 | 171,0 | 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 |
| | Вафли | 1/28 | 3,54 | 2,82 | 45,0 | 145,0 | ТН |
| Итого | | 758,0 | 28,3 | 17,1 | 129,2 | 854,3 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные | 220 (200/20) | 13,8 | 8,0 | 10,6 | 225,0 | 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 | 5,8 | 6,7 | 17,6 | 225,0 | 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 |
| | Печенье «Чоко пай» | 1/30 | 1,35 | 4,8 | 18,6 | 123,0 | ТН |
| Итого | | 753,0 | 34,7 | 25,3 | 107,2 | 959,3 | |

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

Согласовано
Директор Школы № 28



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



Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ)*

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|--|----------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-----------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка: огурец свежий | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,0 | ТТК№71 |
| | Сосиска отварная | 100 | 10,5 | 17,0 | 0,2 | 197,0 | ТТК№100,1 |
| | Рис отварной | 180 | 3,9 | 6,9 | 44,4 | 244,0 | 465/1994 |
| | Масло сливочное | 5 | 0,05 | 2,1 | 0,05 | 37,0 | 14/2005 |
| | 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 |
| | Батончик Бон тайм | 20 | 0,5 | 2,8 | 15,8 | 90,0 | ТН |
| Итого | | 637,0 | 17,9 | 29,1 | 90,45 | 700,0 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным | 80/50 | 25,7 | 17,5 | 0,4 | 193,0 | ТТК №32 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 185 | 5,2 | 3,2 | 11,1 | 254,0 | 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 |
| | Конфета «Марсианка» | 1/11 | 0,4 | 3,0 | 14,0 | 82,0 | ТН |
| Итого: | | 551,0 | 34,0 | 23,9 | 68,4 | 709,0 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Жаркое «Сюрприз» | 50/150 | 18,8 | 10,5 | 31,8 | 280,0 | ТТК №30 |
| | 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 |
| | Пирожное песочное с вареным сгущенным молоком | 100 | 6,2 | 23,6 | 38,8 | 346,0 | ТТК №9 |
| Итого | | 558,0 | 30,5 | 34,7 | 132,0 | 885,0 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Гуляш из филе цыпленка | 75/50 | 28,0 | 7,0 | 5,3 | 198,0 | ТТК№20 |
| | Картофельное пюре | 160 | 3,5 | 2,2 | 13,8 | 182,0 | 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 |
| | Батончик Супер | 40 | 0,8 | 6,4 | 5,84 | 176,0 | ТН |
| Итого | | 550,0 | 34,6 | 16,8 | 48,14 | 744,0 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета куриная запеченная с соусом основным красным | 100 (50/50) | 9,5 | 5,5 | 16,3 | 201,6 | ТТК №48 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 195 | 7,29 | 8,42 | 22,1 | 283,0 | 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 |
| | Кеке «Столичный» | 75 | 4,6 | 16,2 | 24,9 | 209,0 | 82/425/1999 |
| Итого | | 595,0 | 23,5 | 30,3 | 91,2 | 812,6 | |

*Стоимость 1 комплекса усиленного завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 85 рублей

Согласовано
Директор Школы № 28



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 11.11.2024г. | | | | | | | |
| 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 |
| | Напиток фруктосодержащий | 1/0,2 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61,0 | ТТК№57 |
| Итого | | 500,0 | 23,8 | 30,4 | 63,5 | 585,2 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Полдник | Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком | 150/20 | 45,3 | 16,4 | 31,1 | 356,0 | 362/2004 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190,0 | 693/2004 |
| | Фрукт: груша свежая | 1 шт(170) | 0,6 | 0 | 18,9 | 78,0 | 338/2006 |
| Итого: | | 540,0 | 50,8 | 21,4 | 82,5 | 624,0 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| 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 | 150 | 3,39 | 5,6 | 3,39 | 209,0 | 465/1994 |
| | 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 |
| | Конфета вафельная «Ух-ты» | 1/30 | 1,3 | 4,8 | 18,6 | 123,0 | ТН |
| Итого | | 505,0 | 14,9 | 17,2 | 63,1 | 632,0 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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» | 1/18 | 0,8 | 2,9 | 11,2 | 74,0 | ТН |
| Итого | | 526,0 | 16,5 | 19,4 | 117,8 | | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Полдник | Запеканка из творога с какао, запеченная со сметаной | 120/10 | 19,6 | 9,9 | 22,0 | 246,0 | ТТК№100 |
| | 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 |
| Итого | | 560,0 | 26,0 | 16,3 | 72,4 | 536,0 | |

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

Согласовано
Директор Школы №



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 11.11.2024г. | | | | | | | |
| Завтрак | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 8,3 | 5,4 | 23,3 | 174,0 | 139/2004 |
| | Плов по-домашнему | 50/150 | 25,2 | 23,8 | 44,7 | 474,0 | 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 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| Итого | | 832,0 | 41,7 | 35,8 | 105,5 | 889,0 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Щи из св. капусты с картофелем | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 77,0 | 124/2004 |
| | Цыпленок отварной | 20 | 3,6 | 0,7 | 0,1 | 32,0 | Т-17/1994 |
| | Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным | 100(80/20) | 25,0 | 16,6 | 0,2 | 173,7 | ТТК №32 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,4 | 2,7 | 8,4 | 240,0 | 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 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72,0 | ТТК№57 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 1шт(150) | 0,6 | 0,0 | 18,9 | 78,0 | 338/2005 |
| Итого: | | 878,0 | 42,3 | 24,1 | 95,8 | 852,7 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Рассольник Ленинградский | 200 | 4,1 | 4,2 | 16,0 | 114,0 | 132/2004 |
| | Котлета по-хлыновски с соусом основным красным | 100 (50/50) | 8,9 | 11,4 | 5,8 | 160,0 | 454/2004 528/38/1994 |
| | Каша пшеничная | 200 | 6,0 | 9,0 | 45,2 | 228,0 | Т4/2004 |
| | Напиток клюквенный | 200 | 0,1 | 0 | 24,9 | 97,0 | 700/2004 |
| | 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 | | 758,0 | 23,4 | 25,2 | 121,7 | 732,0 |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134,0 | Т1/3/1994 |
| | Котлета рыбная (минтай) с соусом основным красным | 100(60/40) | 11,0 | 6,6 | 11,4 | 144,3 | 324/1994 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 2,06 | 12,89 | 171,0 | 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 |
| | Вафли | 1/28 | 3,54 | 2,82 | 45,0 | 145,0 | ТН |
| Итого | | 758,0 | 28,3 | 17,1 | 129,2 | 854,3 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные | 220 (200/20) | 13,8 | 8,0 | 10,6 | 225,0 | 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 | 5,8 | 6,7 | 17,6 | 225,0 | 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 |
| | Печенье «Чоко пай» | 1/30 | 1,35 | 4,8 | 18,6 | 123,0 | ТН |
| Итого | | 753,0 | 34,7 | 25,3 | 107,2 | 959,3 | |

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

Согласовано
Директор Школы № 8



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

Полдник -ОВЗ

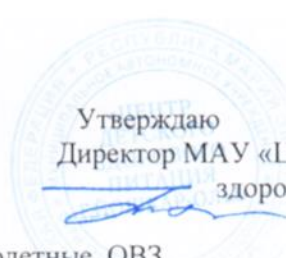
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| 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 12.11.2024 | | | | | | | |
| Полдник | Каша гречневая вязкая | 200 | 5,98 | 3,15 | 29,7 | 174,0 | ТТК№58 |
| | 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 13.11.2024 | | | | | | | |
| 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 14.11.2024 | | | | | | | |
| 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 15.11.2024 | | | | | | | |
| Полдник | Каша гречневая вязкая | 200 | 5,98 | 3,15 | 29,7 | 174,0 | ТТК№58 |
| | 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 | |

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 7 рублей

Согласовано
Директор Школы № 28



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



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

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---|----------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 11.11.2024г. | | | | | | | |
| 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 | 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 |
| Вафли | 1/28 | 3,54 | 2,82 | 45,0 | 145,0 | ТН | |
| Итого | | 851,0 | 43,2 | 32,4 | 182,0 | 1087,0 | |
| Вторник 12.11.2024 | | | | | | | |
| 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 (минтай) 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 | 205,0 | 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 |
| | Нектар фруктовый | 1/0,2 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| Итого: | | 808,0 | 33,5 | 27,0 | 103,3 | 907,3 | |
| Среда 13.11.2024 | | | | | | | |
| 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 | 116,0 | 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 |
| | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200 | 6,0 | 6,4 | 9,4 | 120,0 | ТН |
| Итого | | 1023 | 35,6 | 29,4 | 138,2 | 959,0 | |
| Четверг 14.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 250/20 | 6,9 | 4,8 | 23,7 | 160,0 | Т1/3/1994 |
| | Сосиска отварная | 100 | 10,5 | 17,0 | 0,2 | 197,0 | ТТК№100,1 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 185 | 5,4 | 2,9 | 27,4 | 161,0 | 463/1994 |
| | Масло сливочное | 5 | 0,05 | 2,6 | 0,05 | 37 | 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 | 25,3 | 96,4 | 748,0 | |
| Пятница 15.11.2024 | | | | | | | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой | 250 | 11,5 | 7,08 | 12,4 | 198,0 | 134/2004 |
| | Фрикадельки мясные | 20 | 4,6 | 2,1 | 0,2 | 40,0 | 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 | 244,0 | 465/1994 |
| | 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 | |
| Итого | | 908,0 | 33,3 | 25,96 | 138,7 | 948,0 | |

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