28

Согласовано
Директор Школы №

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 13.01.2025г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Рис отварной	200	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		**557,0**	**17,9**	**29,1**	**90,45**	**700,0**	
Вторник 14.01.2025							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	90	25,7	17,5	0,4	193,0	ТТК №32.1
	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 вафельная «Обыкновенное чудо»	1/16	0,8	2,9	11,2	74,0	ТН
Итого:		**516,0**	**34,4**	**23,8**	**65,6**	**701,0**	
Среда 15.01.2025							
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	704/2004
	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
	Пирожное песочное с варенным 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 16.01.2025							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом основным красным	100(60/40)	11,0	6,6	11,4	144,3	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	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		**555,0**	**34,6**	**16,8**	**48,14**	**744,0**	
Пятница 17.01.2025							
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
	Булочка со сгущенным молоком и корицей	75	4,8	12,1	38,0	260,0	ТТК№6
Итого		**595,0**	**23,7**	**26,2**	**104,3**	**863,6**	

*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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.01.2025							
Завтрак	Гарнировка: Салат из квашенной капусты	60	-	3,0	4,86	27,2	ТТК №50
	Плов по-домашнему	50/160	16,8	15,8	44,7	439,0	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
Итого		**502,0**	**19,0**	**19,0**	**77,7**	**587,5**	
Вторник 14.01.2025							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	60	1,6	4,4	8,2	82,2	78/2004
	Птица запеченная (бедро)	90	10,3	11,7	0,2	173,7	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	4,4	2,7	31,7	151,0	463/1994 14/2005
	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:		**530,0**	**19,0**	**19,0**	**83,0**	**587,0**	
Среда 15.01.2025							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	5,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша пшенная молочная, масло сливочное	210	3,0	3,25	30,7	189,0	Т4/2004,14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Вафли	1/28	0,5	1,0	10,0	25,0	ТН
Итого		**500,0**	**19,2**	**19,75**	**83,7**	**587,0**	
Четверг 16.01.2025							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом основным красным	100(70/40)	11,0	7,9	11,4	144,3	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	6,7	13,5	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
	Фрукты: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	ТН
Итого		**625,0**	**17,2**	**15,8**	**67,0**	**581,3**	
Пятница 17.01.2025							
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	150	4,5	6,5	9,6	145,0	469/1994
	АК Компот из свежих груш	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
	Конфета «Марсианка»	1/11	0,5	1,0	6,0	12,0	ТН
Итого		**683,0**	**19,3**	**19,3**	**81,5**	**587,8**	

*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

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.01.2024г.							
Завтрак	Гарнировка: салат из квашенной капусты	100	0	3,0	8,1	45,0	ТТк50
	Плов по-домашнему	50/150	16,6	19,05	44,7	453,0	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**	**20,7**	**22,4**	**93,8**	**680,0**	
Вторник 14.01.2024							
Завтрак	Птица запеченная (бедро) с соусом основным красным	90/30	25,7	17,5	0,4	193,0	ТТК №32.1 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	210	6,1	10,4	56,8	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**	**34,4**	**28,1**	**100,1**	**669,0**	
Среда 15.01.2024							
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 пшенная молочная, масло сливочное	220/10	6,6	9,9	49,7	250,0	Т4/2004, 14/2005
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		**553,0**					
Четверг 16.01.2025							
Завтрак	Котлета рыбная (минтай)с соусом основным красным	100 (60/40)	11,0	6,6	11,4	144,3	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**	**10,9**	**68,7**	**632,3**	
Пятница 17.01.2025							
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	225	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
Итого		**550,0**	**18,9**	**14,1**	**66,3**	**603,6**	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 70 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 13.01.2025г.							
Завтрак	Гарнировка салат из квашенной 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	16,6	19,05	39,59	453,3	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
Итого		**712,0**	**26,95**	**27,6**	**117,2**	**822,5**	
Вторник 14.01.2025							
Завтрак	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	5,45	6,7	8,6	104,0	124/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	90	13,4	15,7	0,2	167,5	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/5	2,4	4,7	29,8	220,5	463/1994 14/2005
	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
Итого:		**723,0**	**25,25**	**27,0**	**117,3**	**780,7**	
Среда 15.01.2025							
Завтрак	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	10,6	4,7	16,2	154,0	132/2004 112/2004
	Котлета «Особая» с соусом основным красным	100 (50/50)	5,9	11,4	5,8	170,0	474/2/1997 528/38/1994
	Каша пшенная вязкая	200	3,0	9,0	37,6	223,5	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
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	2,0	3,6	22,0	50,0	ТН
Итого		**808,0**	**26,9**	**27,3**	**117,5**	**827,5**	
Четверг 16.01.2025							
Завтрак	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,9	9	19,8	163,0	Т1/3/1994
	Котлета рыбная(минтай) 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: яблоко свежее	1шт(150)	0,6	0,0	18,9	78,0	338/2005
Итого		**878,0**	**27,52**	**27,2**	**116,9**	**816,3**	
Пятница 17.01.2025							
Завтрак	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	5,8	7,7	17,6	225,0	469/1994
	АК Компот из свежих груш	200	0,2	0	37,6	115,0	585/3/1994
	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
	Конфета Марсианка	1/11	0,5	1,0	6,0	12,0	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		**923,0**	**28,3**	**29,9**	**117,0**	**822,3**	

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

Согласовано
Директор Школы №

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 13.01.2025г.							
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 пшенная 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
	Нектар фруктовый	200	-	-	20,0	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	2,0	3,6	22,0	50	ТН
Итого		**530,0**	**19,8**	**27,6**	**96,1**	**595,2**	
Вторник 14.01.2025							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Компот из свежих груш	200	0,2	---	37,6	115,0	585/3/1994
Итого:		**370,0**	**45,5**	**16,4**	**68,7**	**471,0**	
Среда 15.01.2025							
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	160	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
	Сок в ассортименете	1/0,2	-	-	20,0	80,0	ТН
Итого		**685,0**	**13,6**	**12,4**	**64,5**	**589,0**	
Четверг 16.01.2025							
Полдник	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	0,9	-	16,1	117,0	704/2004
	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		**648,0**	**18,0**	**22,8**	**99,4**	**669,0**	
Пятница 17.01.2025							
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
	Фрукт: груша свежая	0,2	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		**580,0**	**9,0**	**18,1**	**130,3**	**600,0**	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

Согласовано
Директор Школы №

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 13.01.2025г.							
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	704/2004
	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		**803,0**	**35,1**	**27,5**	**136,8**	**902,0**	
Вторник 14.01.2025							
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 15.01.2025							
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 16.01.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	200,0	Т1/3/1994 133/2004
	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 17.01.2025							
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
	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**	

*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 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.01.2025г.							
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	704/2004
	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		**708,0**	**31,4**	**24,2**	**120,4**	**792,0**	
Вторник 14.01.2025							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем	200	3,6	3,5	8,4	104,0	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	150	3,2	6,8	21,9	230,0	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**	**741,3**	
Среда 15.01.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский	200	4,1	4,2	16,0	114,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	50/50	8,4	6,9	4,9	196,0	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**	**784,0**	
Четверг 16.01.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,9	9,0	19,8	163,0	133/2004 Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,4	4,7	29,8	220,5	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**	**27,5**	**36,5**	**94,9**	**847,5**	
Пятница 17.01.2025							
Обед	Суп крестьянский с крупой, фрикадельки мясные	200/20	5,8	10,0	17,6	201,0	134/2004 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**	**21,8**	**25,5**	**116,8**	**787,8**	

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.01.2025г.							
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	704/2004
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		**1003,0**	**38,1**	**33,9**	**146,2**	**962,0**	
Вторник 14.01.2025							
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
	Фрукты: яблоко свежее	1 шт(150)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого:		**958,0**	**28,1**	**20,6**	**112,8**	**936,3**	
Среда 15.01.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	250	5,1	5,3	20,0	143,0	132/2004, 112/2004,
	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
	Конфета Марсианка	2/11					
Итого		**825,0**	**25,0**	**20,9**	**128,6**	**879,0**	
Четверг 16.01.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	200,0	Т1/3/1994 133/2004
	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**	**105.6**	**854,0**	
Пятница 17.01.2025							
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	190	3,9	6,9	44,4	248,0	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
	Вафли	1/28	0,5	1,0	10,0	25,0	ТН
Итого		**846,0**	**24,4**	**30,3**	**134,8**	**899,0**	

*Стоимость 1 комплекса обеда 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

Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.01.2025г.							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Каша жидкая молочная кукурузная, масло сливочное	150/5	4,35	4,35	24,75	155,0	ТТК№231 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		**430,0**	**13,1**	**10,5**	**72,8**	**433,0**	
Вторник 14.01.2025							
Полдник	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/5	5,98	3,15	29,7	174,0	Т4/1994 14/2005
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт(100)	0,8	0,2	7,9	33,0	ТН
Итого:		**530,0**	**9,28**	**3,6**	**75,3**	**365,0**	
Среда 15.01.2025							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная, масло сливочное	150/5	6,6	4,62	30,3	157,0	Т4/2004, 14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		**380,0**	**11,5**	**11,2**	**52,6**	**278,0**	
Четверг 16.01.2025							
Полдник	Каша рисовая молочная, масло сливочное	180/5	5,2	5,2	29,7	186,0	Т4/1994 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	762/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Кекс Столичный	1/75	4,7	16,3	25,1	310,0	82(425)/1999
Итого		**485,0**	**13,2**	**23,3**	**88,1**	**660,0**	
Пятница 17.01.2025							
Полдник	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша гречневая молочная, масло сливочное	200/5	5,98	3,15	29,7	174,0	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
	Конфета вафельная «Обыкновенное чудо»	1/16	0,8	2,9	11,2	74,0	ТН
Итого			**14,0**	**10,9**	**91,7**	**478,0**	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 48 рублей

Согласовано
Директор Школы №

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 13.01.2025г.							
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	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	14/2005
	Нектар фруктовый	200	-	-	20,0	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета вафельная «Ух-ты»	1/30	2,0	3,6	22,0	50	ТН
Итого		**530,0**	**19,8**	**27,6**	**96,1**	**595,2**	
Вторник 14.01.2025							
2 завтрак	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Компот из свежих груш	200	0,2	---	37,6	115,0	585/3/1994
Итого:		**370,0**	**45,5**	**16,4**	**68,7**	**471,0**	
Среда 15.01.2025							
2 завтрак	Бифштекс рубленный Детский тушенный с соусом основным красным	40/60	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной	160	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
	Сок в ассортименете	1/0,2	-	-	20,0	80,0	ТН
Итого		**685,0**	**13,6**	**12,4**	**64,5**	**589,0**	
Четверг 16.01.2025							
	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	0,9	-	16,1	117,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ульрапастеризованное	1/0,2	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		**648,0**	**18,0**	**22,8**	**99,4**	**669,0**	
Пятница 17.01.2025							
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
	Фрукт: груша свежая	0,2	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		**580,0**	**9,0**	**18,1**	**130,3**	**600,0**	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

28

Согласовано
Директор Школы №

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 13.01.2025г.							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Рис отварной	200	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		**557,0**	**17,9**	**29,1**	**90,45**	**700,0**	
Вторник 14.01.2025							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	90	25,7	17,5	0,4	193,0	ТТК №32.1
	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 вафельная «Обыкновенное чудо»	1/16	0,8	2,9	11,2	74,0	ТН
Итого:		**516,0**	**34,4**	**23,8**	**65,6**	**701,0**	
Среда 15.01.2025							
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	704/2004
	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
	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 16.01.2025							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом основным красным	100(60/40)	11,0	6,6	11,4	144,3	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	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		**555,0**	**34,6**	**16,8**	**48,14**	**744,0**	
Пятница 17.01.2025							
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
	Булочка со сгущенным молоком и корицей	75	4,8	12,1	38,0	260,0	ТТК№6
Итого		**595,0**	**23,7**	**26,2**	**104,3**	**863,6**	

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