

Согласовано:

Директор Школы №



Утверждаю:

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"
Р.Т.Хакимов

**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
- ОБЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 11.03.2024						
Завтрак	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		555	12,52	7,7	101,49	526	
	Вторник 12.03.2024						
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	T4/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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
Итого за завтрак		415	13,85	9,42	68,6	380	
	Среда 13.03.2024						
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		410	21,6	11,1	67,02	448	
	Четверг 14.03.2024						
Завтрак	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	8,6	40,1	267	463/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого за завтрак		475	20,15	19	80,04	573	
	Пятница 15.03.2024						
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	35,4	209	465/1994
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		475	15,57	13,9	86,7	519	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рублей

ГБУ

Согласовано:

Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здорового питания"



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Завтрак	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		555	12,52	7,7	101,49	526	
Вторник 12.03.2024							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	T4/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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
Итого за завтрак		415	13,85	9,42	68,6	380	
Среда 13.03.2024							
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		410	21,6	11,1	67,02	448	
Четверг 14.03.2024							
Завтрак	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	8,6	40,1	267	463/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого за завтрак		475	20,15	19	80,04	573	
Пятница 15.03.2024							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	35,4	209	465/1994
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		475	15,57	13,9	86,7	519	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рублей

Согласовано:
Директор Школы №



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	150	4,4	2,4	22,1	150	ТТК № 58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	18,6	10,9	74,3	472	
Вторник 12.03.2024							
Завтрак	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324
	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
	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
Итого за завтрак		500	17,6	13,4	82,34	508	
Среда 13.03.2024							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	220	9,6	6,7	44,2	229	Т4/2004
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		503	13,8	11,4	111,6	542	
Четверг 14.03.2024							
Завтрак	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Картофельное пюре	150	3,2	6,88	22,1	149	472/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	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
Итого за завтрак		513	20,9	21,9	92,6	636	
Пятница 15.03.2024							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	220	6,4	9,3	44,2	251	ТТК №42
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3./1997
	АК 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
Итого за завтрак		543	20,9	20,2	96,7	605	

ГБУ

Согласовано:

Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ «Центр
Р.З. Жакимов



**Завтрак от 12 лет и
старше - родительская
плата, многодетные,
ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		558	23,6	19,6	95,3	601	
Вторник 12.03.2024							
Завтрак	Котлета Куриная 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	4,3	7,3	45,7	270	465/1994
	Чай с пивовником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		571	20,9	17,8	136	736	
Среда 13.03.2024							
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,8	0,5	36,7	281	ТТК № 6.4
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Итого за завтрак		571	23,1	13,2	118	748
Четверг 14.03.2024							
Завтрак	Каша из хлопьев Геркулес молочная	220	9,7	6,88	44,8	269	ТТК№63
	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3./1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	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
	Итого за завтрак		568	26,2	18	112	692
Пятница 15.03.2024							
Завтрак	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Картофельное пюре	180	3,51	7,4	24	162	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		576	23,5	22,8	98,4	637	

* 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
здоровья «Зитания»
В.Т. ХакимовОбед от 12 лет и старше за родительскую
плату, СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	250/20	25,4	4,8	22,2	236	140/2004, 112/2004
	Котлета Куриная 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
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №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
Итого		808	43,45	21,7	146,9	943	
Вторник 12.03.2024							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	5,1	5,2	20	250	132/2004;
	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,2	9,2	30	224	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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
Итого		808	25,05	21,9	106,9	816	
Среда 13.03.2024							
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	250/20	14,2	6,9	13,5	261	110/2004,112/2004
	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,3	2,9	26,6	156	ТТК № 58
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	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
Итого		808	32,8	21,8	102,7	817	
Четверг 14.03.2024							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	250/20	15,6	9,1	28,6	308	139/2004,112/2004
	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	7,8	45	261	469/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		815	35,2	26,9	133,1	938	
Пятница 15.03.2024							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями фрикадельками	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, 112/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	10,9	48,2	322	463/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого		800	49,65	25,6	148,8	1006	

* 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"
Р.Т.Хакимов

**Обед от 7 до 12 лет за
родительскую плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и фрикадельками	200/20	21,2	4	18,5	225	140/2004, 112/2004
	Котлета Куриная 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	150	3,39	5,6	35,4	209	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		703	36,7	19,5	123	828	
Вторник 12.03.2024							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	199	132/2004;
	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,9	22,5	171	472/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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
Итого		708	23,3	18,6	99,2	735	
Среда 13.03.2024							
Обед	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	200/20	11,7	5,7	11,1	206	110/2004, 112/2004
	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	150	4,4	2,4	22,1	130	ТТК № 58
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		703	27,5	19,9	82,9	675	
Четверг 14.03.2024							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004, 112/2004
	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	170	6,32	7,3	42,3	246	469/1994
	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
Итого		722	29,6	24,4	108	796	
Пятница 15.03.2024							
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и фрикадельками	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, 112/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	8,6	40	267	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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
Итого		728	43,8	22,7	128	857	

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

Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
И.Т. Хакимов



**Полдник от 12 лет и
старше - ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.03.2024							
Полдник	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	16	3,6	22,3	214	140/2004
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	18,1	3,8	72,8	381	
Вторник 12.03.2024							
Полдник	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	5,1	5,2	20	250	132/2004;
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	7,3	5,4	60,9	431	
Среда 13.03.2024							
Полдник	Борщ с капустой, картофелем и на костном бульоне	250	13,1	6,8	13,4	231	110/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	15,2	7	41,3	350	
Четверг 14.03.2024							
Полдник	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	13,3	8,05	28,5	288	139/2004
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	15,4	8,25	79	455	
Пятница 15.03.2024							
Полдник	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	16	3,6	22,3	200	140/2004
	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
Итого за полдник		482	18,2	3,8	50,4	321	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 12 рублей