

Согласовано:
Директор Школы №

20.11.23

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

**ОБЕД 7-12 лет
вторая смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
Понедельник 20.11.2023								
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	200/20	16	4,9	18,5	185	140/2004, 112/2004	
	Биштекс 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	4,8	2,6	23,8	150	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	
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57	
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997	
Итого за обед		768	40,6	20,8	98,8	731		
Вторник 21.11.2023								
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	144	132/2004;	
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997	
	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	
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН	
Итого за обед		716	23,8	26,6	105,9	776		
Среда 22.11.2023								
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	200/20	11,7	5,7	11,1	206	110/2004,112 /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 вязкая	150	4,4	2,4	22,1	130	ТТК № 58	
	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	
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Итого за обед		928	36,2	24,6	124,7	911	
Четверг 23.11.2023								
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004,112 /2004	
	Подкоголи с картофелем	200	7	1,6	55,7	253	ТТК№ 99.2	
	АК Напиток из черной смородины	200	0,27	0	25,8	101	ТТК№ 28	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005	
	Сыр (порционный)	10	2,3	2,9	0	36	ТТК№15	
			805	24,9	12,2	136,8	782	
	Итого за обед		768	23,4	13,3	101,9	714	
Пятница 24.11.2023								
Обед	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004	
	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	180	124/2004	
	Тефтели из минтая тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102.0	
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994	
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	22,1	169	472/1994	
	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	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
Итого за обед		768	23,4	13,3	101,9	714		

* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 90 рублей.