



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:

Директор Школы №

12.12.2022



Директор МАУ



утверждаю:

Директор МАУ «Центр детского здорового питания»
А.М. Волков

Полдник *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Полдник	Батончик Чио Рио	30	1,05	9	17,4	156	ТН
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за полдник		437	7,35	15,4	42	336	
	Вторник 13.12.2022						
Полдник	Корж молочный	100	6,38	11,3	62,92	383	102/1999
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		300	6,68	11,3	90,92	503	
	Среда 14.12.2022						
Полдник	Улитка с маком	100	18,2	19,2	121	566	ТТК № 16
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
Итого за полдник		300	19,8	20,8	138,3	653	
	Четверг 15.12.2022						
Полдник	Пирожное детское	100	10	10	33	259	695/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
Итого за полдник		300	11,4	11,6	53,4	362	
	Пятница 16.12.2022						
Полдник	Пирожок с повидлом	100	5,98	2,1	58,7	276	687/1997
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
Итого за полдник		300	6,38	2,1	77,5	357	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 30 рублей.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:

Директор Школы №

12.12.2022

Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ) *



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность*	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Завтрак	Котлеты Домашние	50	6,2	6,9	9,6	126	271/2/2005
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	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
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		505	19,4	20,7	104	678	
	Вторник 13.12.2022						
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
	Рис отварной	150	3,45	5,83	36	213	465/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кекс Столичный	75	4,7	16,3	25	310	82/1999
Итого за завтрак		550	20,9	35,6	97,4	835	
	Среда 14.12.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Макаронные изделия	190	7,5	8,8	50,4	315	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
Итого за завтрак		529	28,2	21,3	110	827	
	Четверг 15.12.2022						
Завтрак	Тефтели Детские тушеные	50	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №54
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	АК 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
	Слойка с повидлом	70	5	24	42,6	408	
Итого за завтрак		555	24,4	41,4	142	982	
	Пятница 16.12.2022						
Завтрак	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	150	5,52	6,46	36,8	226	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		503	19,7	17	106	660	

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



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано
Директор Школы №



Обед от 7 до 12 лет,
многодетные и ОВЗ, за
родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Обед	Борщ с капустой,картофелем на костном бульоне	200	7,1	3,6	10,9	166	110/2004
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,4	6	37,5	207	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
Итого		700	24	24,8	83,3	657,2	
	Вторник 13.12.2022						
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе минтая) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	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
Итого		705	36,5	22,3	133	834	
	Среда 14.12.2022						
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	114	132/2004,
	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	150	5,8	0,55	30,7	239	ТТК № 6.4
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого		720	32,4	25,3	137	873	
	Четверг 15.12.2022						
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	12,8	7,48	23,5	213	139/2004
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,9	171	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого		707	39,1	16,7	116	743	
	Пятница 16.12.2022						
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	77	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	463/1994
	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		700	22,9	21	95,3	629	

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



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:
Директор Школы №

12.12.2022

Утверждаю:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания
г. Йошкар-Ола»

2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
Многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Полдник	Манник	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,04	0	7,5	25	ТТК №25
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		600	108,74	24,25	99,1	674	
	Вторник 13.12.2022						
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,9	11,22	71,4	419	
	Среда 14.12.2022						
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: апельсин свежий	180	3,24	0,72	29,16	64	338/2005
Итого за полдник		562	10,66	7,32	90,36	355	
	Четверг 15.12.2022						
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТК №226
	Икра кабачковая	60	1,14	5,3	4,62	71	ТК №7.46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		665	19,06	19,4	86,01	594	
	Пятница 16.12.2022						
Полдник	Каша рисовая молочная	180	5,3	3,18	40,7	201	ТТК № 65
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за полдник		425	7,9	6,18	107	458	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Понедельник 12.12.2022

Согласовано:

Директор Школы №



Директор МАУ



Обед от 12 и старше, многодетные и ОВЗ, за
родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Обед	Борщ с капустой,картофелем на костном бульоне	250	8,8	4,5	13,6	220	110/2004,
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,5	7,9	49,8	275	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
Итого		800	24,01	24,75	83,29	657,2	
	Вторник 13.12.2022						
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе минтая) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	210	4,59	9,7	31,4	237	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
Итого		805	36,45	22,3	132,7	834	
	Среда 14.12.2022						
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	8,2	5,2	20	142	132/2004
	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	200	7,7	0,73	40,8	317	ТТК № 6.4
	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	32,4	25,3	137,4	873	
	Четверг 15.12.2022						
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	16	9,35	29,3	266	139/2004
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222	472/1994
	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		805	39,1	16,7	116,3	743	
	Пятница 16.12.2022						
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	96	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	11,4	56	341	463/1994
	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		805	22,91	20,997	95,29	629	

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

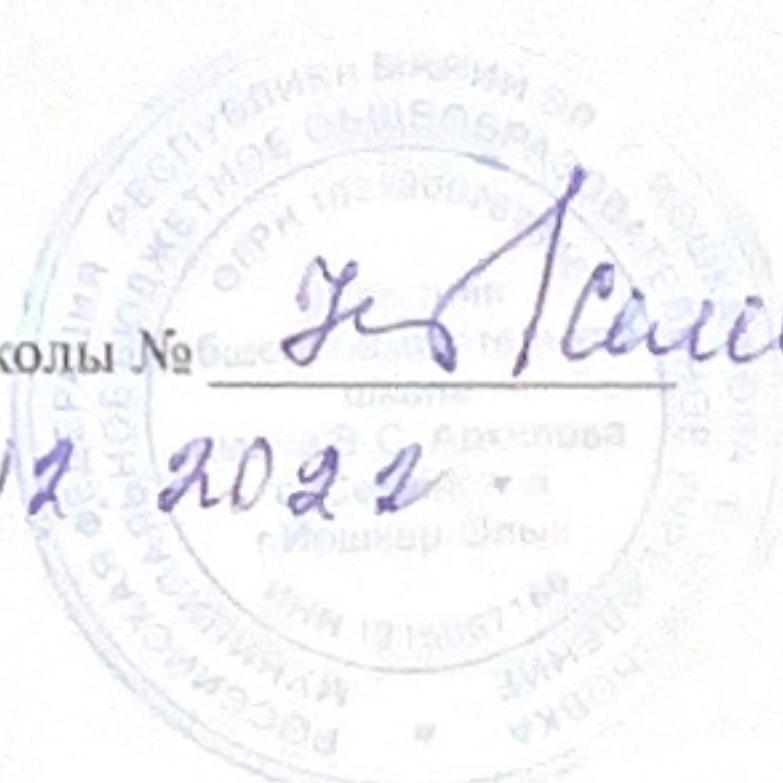


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:

Директор Школы №

12.12.2022



А. М. Волков

Директор МАУ «Центр детского
здорового питания г. Йошкар-Ола»

Утверждаю:

А. М. Волков



2 Полдник от 7 до 12 лет
Многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Полдник	Манник	150	7,8	17,55	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,04	0	7,5	25	ТТК №25
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		600	108,74	24,25	99,1	674	
	Вторник 13.12.2022						
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,9	11,22	71,4	419	
	Среда 14.12.2022						
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: апельсин свежий	180	3,24	0,72	29,16	64	338/2005
Итого за полдник		562	10,66	7,32	90,36	355	
	Четверг 15.12.2022						
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТК №226
	Икра кабачковая	60	1,14	5,3	4,62	71	ТК №7,46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		665	19,06	19,4	86,01	594	
	Пятница 16.12.2022						
Полдник	Каша рисовая молочная	180	5,3	3,18	40,7	201	ТТК № 65
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за полдник		425	7,9	6,18	107	458	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ИОШКАР-ОЛА»

Согласовано:

Директор Школы №



12.12.2022



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 12.12.2022						
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК №40
	Гуляш из филе цыпленка	75/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,1	9,1	44,8	272	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Конфета Марсианка - 1 шт	11	0,2	1,1	5,1	30	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		589	41,8	17,6	90,7	654	
	Вторник 13.12.2022						
	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150/20	21,7	14,6	33,07	355	ТТК № 5.4
	АК Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		545	2,24	0,2	31,5	130	
	Среда 14.12.2022						
Завтрак	Пельмени отварные	200	15,5	8	29,7	245	664/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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 завтрак		633	24,3	14,8	74,8	518	
	Четверг 15.12.2022						
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	60	1,9	0	3,6	24	ТТК №40
	Гуляш из говядины	50/50	16,4	6	3,5	135	437/2004
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		545	28	12,9	96,96	610	
	Пятница 16.12.2022						
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82,2	78/2004
	Рыба по-школьному (филе трески)	70	17,1	4,95	3,1	127	ТТК №39
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	4,36	9,2	29,8	222	472/1994
	АК 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
	Конфета Марсианка - 1 шт	11	0,2	1,1	5,1	30	ТН
Итого за завтрак		606	25,1	17,3	93,1	584	