

Согласовано:  
Директор Школы №

*С. С. Сидорова*  
10.09.2023

Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
*К. А. Хакимов*

Обед от 7 до 12 лет за  
родительскую плату

| Прием пищи                    | Наименование блюда                                   | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность | № рецептуры           |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-----------------------|
|                               |  |            | Б                | Ж           | У           |                         |                       |
| <b>Понедельник 18.09.2023</b> |  |            |                  |             |             |                         |                       |
| Обед                          | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне         | 200        | 9,2              | 5,9         | 10,4        | 163                     | 134/2004              |
|                               | Птица отварная (голень)                              | 90         | 16,2             | 12          | 0,3         | 174                     | ТТК№100.2             |
|                               | Рис отварной   | 150        | 3,3              | 5,8         | 37          | 204                     | 465/1994              |
|                               | Компот Южный   | 200        | 0,3              | 0           | 28          | 120                     | ТТК №1                |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 2/33       | 4,8              | 0,8         | 33,8        | 144                     | ТТК № 57              |
| <b>Итого</b>                  |  |            | <b>33,8</b>      | <b>24,5</b> | <b>110</b>  | <b>805</b>              |                       |
| <b>Вторник 19.09.2023</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                       |
| Обед                          | Борщ Сибирский с фрикадельками                       | 200/20     | 9,9              | 5,7         | 14,8        | 155                     | 113/1994,112/2004     |
|                               | 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            |
|                               | Картофельное пюре                                    | 150        | 3,32             | 7,06        | 22,9        | 171                     | 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              |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>728</b> | <b>27,2</b>      | <b>23,6</b> | <b>94,5</b> | <b>704</b>              |                       |
| <b>Среда 20.09.2023</b>       |  |            |                  |             |             |                         |                       |
| Обед                          | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200        | 3,6              | 3,5         | 8,4         | 140                     | 124/2004              |
|                               | Сарделька по-таирски                                 | 50         | 9,6              | 6,25        | 4,2         | 182                     | ТТК№9                 |
|                               | Соус основной красный                                | 50         | 1,15             | 1,5         | 3,84        | 32                      | 528/3/1994            |
|                               | Макаронные изделия отварные                          | 170        | 6,4              | 7,4         | 42,7        | 248                     | 469/1994              |
|                               | 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              |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>703</b> | <b>23,6</b>      | <b>19,1</b> | <b>94,8</b> | <b>755</b>              |                       |
| <b>Четверг 21.09.2023</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                       |
| Обед                          | Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным     | 200/20     | 18,1             | 6,6         | 23,5        | 225                     | 139/2004,56/17/3/1994 |
|                               | 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            |
|                               | Рис отварной   | 150        | 3,3              | 5,8         | 37          | 204                     | 465/1994              |
|                               | 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              |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>735</b> | <b>34,3</b>      | <b>22,4</b> | <b>120</b>  | <b>798</b>              |                       |
| <b>Пятница 22.09.2023</b>     |  |            |                  |             |             |                         |                       |
| Обед                          | Суп картофельный/рыбная консерва                     | 200/20     | 5,8              | 4           | 19,8        | 134                     | Т1/3/1994             |
|                               | Птица отварная (голень)                              | 90         | 16,2             | 12          | 0,3         | 174                     | ТТК№100.2             |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая                           | 160        | 10,2             | 10,2        | 47,7        | 318                     | 463/1994              |
|                               | 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              |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33         | 2,4              | 0,4         | 16,9        | 72                      | ТТК № 57              |
| <b>Итого</b>                  |  | <b>728</b> | <b>36,7</b>      | <b>26,8</b> | <b>135</b>  | <b>865</b>              |                       |

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