

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛЫ»**
(МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»)

Согласовано:
Директор Школы № 13

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Среда 04.05.2022 г.						
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	6,6	37,8	220	469/1994
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,4	20	528/3/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	43,6	16,4	78,5	584	
	Четверг 05.05.2022 г.						
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	190	5,6	8,4	42,7	215	302/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		502	17,33	20,7	84,05	536	
	Пятница 06.05.2022 г.						
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	170	6,42	7,42	42,6	203	464/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	19,43	17,01	94,2	541	
	Среда 11.05.2022 г.						
Завтрак	Гарнировка : горошек консервированный	30	0,96		1,8	12	ТТК №40
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Каша гречневая вязкая	170	5,04	7,49	37,94	286	464/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4		27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	18,5	15,89	113	697	
	Четверг 12.05.2022 г.						
Завтрак	Каша молочная из хлопьев овсяных Геркулес	150	6,59	4,64	30,17	119	Т4/2004
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	АК Напиток из кураги	200	1,1		31,5	125	704/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		585	18,12	18,54	84,02	501	
	Пятница 13.05.2022 г.						
Завтрак	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	127	472/1997
	Рис отварной	160	2,96	5,04	31,36	181	465/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	14,98	15,12	75,68	498	



Директор Школы №

Утверждаю:

Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

A.M. Волков

Завтрак 12 лет старше, Многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Среда 04.05.2022 г.						
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	160	6	6,9	40	233	469/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	46,11	17,19	94,3	664	
	Четверг 05.05.2022 г.						
Завтрак	Каша пшенная на молоке	220	6,57	9,85	49,49	249	302/2004*
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
Итого за завтрак		555	20,7	22,55	108	642	
	Пятница 06.05.2022 г.						
Завтрак	Крокеты с кабачком тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Макаронные изделия отварные	220	8,2	9,5	54,95	261	464/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	21,21	19,09	107	599	
	Среда 11.05.2022 г.						
Завтрак	Гарнировка : кукуруза консервированная	30	0,6		3,2	18	ТТК №41
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Каша гречневая вязкая	190	5,5	8,2	41,9	316	464/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4		27,3	107	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	21	17	135,6	805	
	Четверг 12.05.2022 г.						
Завтрак	Каша молочная их хлопьев овсяных Геркулес	220	9,6	6,7	44	173	Т4/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Сыр (порционно)	10	2,5	3,2		39	15/2005
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	АК Напиток из кураги	200	1,1		31,5	125	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		558	24,53	19,4	119	631	
	Пятница 13.05.2022 г.						
Завтрак	Гарнировка : горошек консервированный	50	1,59		2,98	19,92	ТТК №40
	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	127	472/1997
	Рис отварной	190	3,49	5,94	37	213	465/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,19	3,1	26	528/3/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		555	17,1	16,02	84,3	550	



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР- ОЛЫ»**
(МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»)

Согласовано:

Директор Школы № 13



Утверждаю:

Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

А.М.Волков



Полдник 7-12 лет, многодетные и ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Среда 04.05.2022 г.						
Полдник	Фрукты: апельсины свежие	180	0,4		22,32	84	338/2005
	Напиток сокосодержащий в асс.	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		380	0,4		22,32	84	
	Четверг 05.05.2022 г.						
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	5,8	6,6	13,6	157	ТТК № 5
	Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78,4	ТН
Итого за полдник		330	8,6	8,6	25,9	235,4	
	Пятница 06.05.2022 г.						
Полдник	Котлета в тесте с говядиной	50/50	14,2	12	38	311	701/1994
	Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78,4	ТН
Итого за полдник		330	17	14	50,3	389,4	
	Среда 11.05.2022 г.						
Полдник	Фрукты: апельсины свежие	180	0,4		22,32	84	338/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		380	0,4		22,32	84	
	Четверг 12.05.2022 г.						
Полдник	Пирожное детское	100	10	10	33	259	695/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	16	16,4	42,4	379	
	Пятница 13.05.2022 г.						
Полдник	Хачапури с сыром	100	16,2	16,1	39,8	369	ТТК №18
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	22,2	22,5	49,2	489	