

Согласовано:

Директор ШКОЛЫ №16



Директор МАУ "Центр детского здорового питания"



Утверждаю:

А.М. Волков

Завтрак 1-4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
	Понедельник 06.09.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	30	0,3	0	1,1	6	Т-24/1994	3-58
	Плов по-домашнему	55/190	19,8	20,6	59,6	476	ТТК №2	59-40
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46	3-82
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1-50
Итого за завтрак		500	22,4	20,8	92,4	624		68-30
	Вторник 07.09.2021 г.							
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004	8-41
Завтрак	Каша из хлопьев «Геркулес» молочная	200	7,59	5,44	35,1	207,1	Т-4/2004 Колонка 1	10-36
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Какао с молоком	200	4,9	5,9	32,5	190	693/2004	11-47
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1-50
Итого за завтрак		480	16,12	19,94	104,05	629,1		35-16
	Среда 08.09.2021 г.							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт. (40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997	7-33
	Каша манная	205	6,6	3,7	34	182	Т-4/2004 Колонка 1	10-06
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	1/0,2	6	6,4	9,4	120	ТН	18-00
Итого за завтрак		450	17,73	18,8	43,75	402		38-81
	Четверг 09.09.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4	Т-24/1994	4-04
	Котлета рыбная (филе минтая)	60	10,5	6,2	10	114	388/2004	21-00
	Картофельное пюре	180	3,8	8,2	26,3	197	472/1994	16-60
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	4-91
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1-50
Итого за завтрак		507	16,73	18,7	65,25	473		51-47
	Пятница 10.09.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	30	0,3	0	1,1	6	Т-24/1994	3-58
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,2	158	ТТК20	35-02
	Макаронные изделия отварные	170	6	7	40	250	469/1994	13-44
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994	2-30
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1-50
	Сок фруктовый в ассортименте	1/0,2	1	9,1	17,7	157	ТН	22-00
Итого за завтрак		730	31,83	26	90,95	727		81-26



Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.М.Волков

Полдник 1-4 класс М/Д ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Б	Ж	У			
	Понедельник 06.09.2021 г.							
Полдник	Котлета из филе цыпленка,запеченная в тесте	55/50	13,8	8	31,5	249	ТТК №45	20-41
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	1/0,2	6	6,4	9,4	120	ТН	18-00
Итого за полдник		305	19,8	14,4	40,9	369		38-41
Полдник	Вторника 07.09.2021 г.							
	Гребешок с цыпленком и рисом	100	14,8	12,4	35	288	ТТК №34	27-35
	Сок фруктовый в ассортименте	1/0,2	0	0	22	90	ТН	22-00
	Вафли «Джумка»	1/37	1,9	8,9	22,9	178	ТН	18-00
Итого за полдник		337	14,8	12,4	57	378		67-35
	Среда 08.09.2021 г.							
Полдник	Хачапури	85	13,77	143,6	33,8	313	ТТК 18	22-45
	Напиток сокосодержащий «Фруктик»	1/0,2	0	0	22	90	ТН	22-00
Итого за полдник		285	13,77	143,6	55,8	403		44-45
	Четверг 09.09.2021 г.							
Полдник	Эклер с вареным сгущенным молоком	50/50	3,6	5,8	20,2	165	ТТК №45	15-00
	Батончик ФанБанан	35	1,75	8,4	21,7	168	ТН	18-00
	Сок фруктовый в ассортименте	1/0,2	0	0	22	90	ТН	22-00
Итого за полдник		335	5,35	14,2	63,9	423		55-00
Полдник	Пятница 10.09.2021 г.							
	Ватрушки с повидлом	75	10	10	33	259	695/1994	8-23
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	1/0,2	6	6,4	9,4	120	ТН	18-00
	Фрукты свежие в ассортименте	150	0,9	0,2	8,1	40	ТН	18-56
Итого за полдник		425	16,9	16,6	50,5	419		44-79



Утверждено:
Директор МАУ "Центр детского здорового питания"
А.М.Волков

Завтрак: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Б	Ж	У			
	Понедельник 06.09.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	Т-24/1994	7-07
	Плов по-домашнему	55/185	19,4	20,2	58,4	466	ТТК №2	59-06
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46	3-82
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122	ТН	3-00
Итого за завтрак		550	24,2	20,6	105,2	681		72-95
	Вторник 07.09.2021 г.							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004	11-47
	Каша из хлопьев «Геркулес» молочная	190	8,7	6,2	40,4	238	Т-4/2004 Колонка I	9-83
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Какао с молоком	200	4,9	5,9	32,5	190	693/2004	3-00
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122	ТН	8-41
Итого за завтрак		495	19,13	20,9	122,25	721		36-13
	Среда 08.09.2021 г.							
Завтрак	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997	7-33
	Каша манная	230	7,4	4,2	38,1	204	Т-4/2004 Колонка I	8-84
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/1997	7-77
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1-50
Итого за завтрак		550	15,83	14,7	71,75	468		28-86
	Четверг 09.09.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4	Т-24/1994	4-04
	Котлета рыбная	60	10,5	6,2	10	114	388/2004	21-00
	Картофельное пюре	200	4,3	9,1	29,2	219	472/1994	18-44
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	ТН	3-42
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	4-91
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122	ТН	3-00
Итого за завтрак		552	19,13	19,8	81,05	556		54-81
	Пятница 10.09.2021 г.							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,2	158	ТТК20	35-02
	Макаронные изделия отварные	200	7	8,3	47	294	469/1994	15-81
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994	3-42
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122	ТН	3-00
Итого за завтрак		550	33,4	14,3	92	632		57-25



Согласовано
Директор

М. Н.



Директор МАУ "Центр детского здоровья и питания"

А.М. Волков

Обед: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Б	Ж	У			
	Понедельник 06.09.2021 г.							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,7	5,7	10,1	120	124/2004	8,39
	Биточек «Гнездышко» с соусом сметанным	70/30	12,6	10,5	6,5	171	ТТК 26 600/2004	30,06
	Макаронные изделия отварные	200	7,1	8,3	47,1	295	464/1994	15,81
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994	2,30
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1,50
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН	1,64
Итого за обед		808	31,9	25,1	108,5	777		59,70
	Вторник 07.09.2021 г.							
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	7,6	5,7	13,9	143	110/2004	10,19
	Котлета рыбная с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004	27,00
	Пюре картофельное	200	4,3	9,1	29,2	219	472/1994	18,44
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638,704/2004	6,03
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1,50
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН	1,64
Итого за обед		808	29,5	24,2	113,9	760		64,80
Обед	Среда 08.09.2021 г.							
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,4	6,8	29,1	218	139/2004 106А/2004	5,83
	Филе цыпленка рубленое, запеченное с помидором	100	20,1	14,3	3,2	223	ТТК35	48,51
	Рис отварной	200	4,8	8	49,1	284	465/1994	12,92
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28	120	ТТК 1	3,23
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1,50
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН	1,64
Итого за обед		808	39,9	29,7	139,2	978		73,63
Обед	Четверг 09.09.2021 г.							
	Суп картофельный с макаронными изделиями/цыпленок отварной	250 (15/235)	10,3	3,9	22,5	160	140/2004 Т17/1994	18,25
	Тефтели с соусом сметанным с томатом	70/30	11,6	16,2	15,8	247	422,423/1994 601/2004	32,04
	Каша гречневая вязкая	165	9,98	9,98	45,7	306,9	463,464/1994	9,20
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК 46	3,82
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1,50
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН	1,64
Итого за обед		773	36,58	30,68	132,6	927,9		66,45
Обед	Пятница 10.09.2021 г.							
	Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0	2,2	12	Т24/1994	7,06
	Рассольник Ленинградский/цыпленок	250 (15/235)	10,3	3,9	22,5	160	132/2004 Т1,Т17/1994	10,08
	Жаркое «Сюрприз»	200	22,6	12,6	38,2	336	ТТК30	48,11
	АК Напиток апельсиновый или лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004	7,03
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	1,50
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН	1,64
Итого за обед		768	38	17,1	118,3	744		75,42