

Согласовано:

Директор Школы №16

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №16 Кошкин-Ольга

Директор МАУ



Утверждаю:

Директор детского здорового питания

А.М.Волков

Завтрак 1-4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 13.12.2021 г.						
Завтрак	Салат из квашеной капусты	50	0,4	2,5	3,4	39	45/2004
	Плов по-домашнему с куриным филе	75/150	23,7	20,3	37,7	439	ТТК №2/1
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Пирожное Барни	1/30	0,6	1,4	5,2	35	ТН
Итого за завтрак		563	29,2	24,8	91,1	704	
	Вторник 14.12.2021 г.						
Завтрак	Яйцо куриное отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	200	7	8,6	44,4	230	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Бутерброд с сыром	20/5/25	5,1	7,5	7,5	118	3/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Печенье Орео	1/38	1,9	7,6	24,9	175	ТН
	Итого за завтрак		558	22,43	34,2	110,5	787
	Среда 15.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	50	0,5	0	2	10	71/2005
	Сарделька по-таирски	100	19,2	12,8	8,4	164	ТТК №9
	Каша пшеничная вязкая	160	4,5	7,2	25,6	187	463-464/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	300	2,7	0,6	24,3	108	ТН
	Итого за завтрак		835	29,1	20,8	101,2	650
	Четверг 16.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	40	1	2,9	3	55	78/2004
	Рыба по-школьному (филе горбуши)	90	20,44	6,3	3,7	153	ТТК № 39
	Пюре картофельное	160	3,4	6,3	23,3	174	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Сок в ассортименте	1/200	0	0	23	92	ТН
	Итого за завтрак		720	27,17	19,8	93,25	679
	Пятница 17.12.2021 г.						
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	75/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	8	9,3	53	331	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	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		533	40,7	16,9	106,9	743	



Полдник 1-4 класс М/Д ОВЗ

Приведенный Полдник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 13.12.2021 г.						
Полдник							
	Крендель в шоколаде	65	5,6	18	21,9	294	ТТК № 12
	Вафли Джумка	37	1,85	8,8	23	118	ТН
	Сок в ассортименте Фруктик	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		302	0	0	0	0	
Полдник	Вторник 14.12.2021 г.						
	Гребешок с цыпленком и рисом	100	14,8	12,4	35	288	ТТК №34
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	20,8	18,8	44,4	408	
	Среда 15.12.2021 г.						
Полдник	Плюшка	100	8,1	11,2	66,5	140	ТТК № 14
	Напиток фруктосодержащий	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	14,1	17,6	75,9	260	
	Четверг 16.12.2021 г.						
Полдник	Пирожок с творогом	100	11	4,9	42,3	260	687/1994
	Сок в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
		300	11	4,9	42,3	260	
Итого за полдник	Пятница 17.12.2021 г.						
Полдник	Подсолнух	90	5,6	21,7	40,1	480	ТТК № 8
	Сок в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Батончик чио рио	30	1	10	19	174	ТН
Итого за полдник		320	12,6	38,1	68,5	774	



Директор МАУ "Центр детского здоровья и питания" А.М. Волков

Завтрак 5-11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 13.12.2021 г.						
Завтрак	Салат из квашеной капусты	60	0,48	3	4	47	45/2004
	Плов по-домашнему	50/190	27	25	53	499	ТТК №20
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		558	31,48	28,4	97,8	726	
	Вторник 14.12.2021 г.						
Завтрак	Яйцо куриное отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	250	11	7,8	50,5	303,8	302/2004
	Масло сливочное	5	0,06	8,2	0,1	74	14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Конфета обыкновенное чудо	40	2,4	11,2	22,4	208	
Итого за завтрак		560	19,46	22,4	84,2	604,8	
	Среда 15.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка : помидор свежий	50	0,5	0	2	6,4	Т-24/1994
	Сарделька по-таирски	70	13,5	8,8	5,9	115	ТТК №9
	Каша пшеничная вязкая	200	5,6	9	32	234	463-464/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		550	21,83	22,1	80,85	573,4	
	Четверг 16.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	50	1,3	3,7	6,8	68	78/2004
	Рыба по-школьному	70	15,9	4,6	2,9	119	ТТК № 39
	Пюре картофельное	200	4,25	9	29,1	218	472/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		550	23,78	21,6	79,05	610	
	Пятница 17.12.2021 г.						
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	7,5	8,8	50,1	313	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	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		558	40,2	16,4	104	725	

Согласовано:

Директор Школы №10

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Директор МАУ "Центр детского здоровья"

Завтрак 5-11 класс ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 13.12.2021 г.						
Завтрак	Салат из квашеной капусты	60	0,48	3	4	47	45/2004
	Плов по-домашнему с куриным филе	50/190	27	25	53	499	ТТК №20
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		550	29,58	28,2	84,9	665	
	Вторник 14.12.2021 г.						
Завтрак	Яйцо вареное куриное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная с сахаром	250	11	7,8	50,5	303,8	302/2004
	Масло сливочное	10	0,12	16,4	0,2	148	14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	21,42	30,8	97,2	739,8	
	Среда 15.12.2021 г.						
Завтрак	Сарделька по-таирски	50	9,6	6,2	4,2	82	ТТК №9
	Каша пшеничная вязкая	250	7	11,3	40	292	463-464/1994
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		555	20,73	22	98,05	653	
	Четверг 16.12.2021 г.						
Завтрак	Бутерброд с повидлом	25/5/20	1,7	4,3	23,5	134	78/2004
	Рисовая каша молочная с сахаром	250	15,9	4,6	2,9	119	ТТК № 39
	АК напиток лимонный	200	4,25	9	29,1	218	472/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	25,65	18,3	81,3	593	
	Пятница 17.12.2021 г.						
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	7,5	8,8	50,1	313	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	39,7	16,2	100	714	

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здоровья" А.М.Волков

Согласовано:
Директор Школы № 1



Директор МАУ "Центр детского здоровья"
А.М.Волков



Обед 5-11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 13.12.2021 г.						
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	6,87	4,9	8,13	218	124/2004, 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Макаронные изделия отварные	200	7,1	8,3	47,1	295	469/1994
	Компот из кураги	200	0,4	0	27,3	117	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого		813	31,77	28,2	125	997	
	Вторник 14.12.2021 г.						
	Суп картофельный с макарон.изд на костном бульоне	250	3,3	3,3	23,9	129	140/2004
	Котлета рыбная(филе трески) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Рис отварной	200	5	8	54	306	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого		808	26,3	20,7	151,4	845	
	Среда 15.12.2021 г.						
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,3	6,7	29,1	217	139/2004, 106А/2004
	Биточек гнездышко	90	15,6	11,3	5,9	189	ТТК № 26
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,1	12,1	55,4	372	463/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого		805	4,3	0,6	29,8	133	
	Четверг 16.12.2021 г.						
	Гарнировка: кукуруза консервированная	50	1	0	5,5	30	ТТК № 21
	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250/20	14,9	6,5	20,2	195	132/2004
	Жаркое сюрприз	50/150	22,6	12,6	38,2	336	ТТК30
	АК напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого		803	44,9	19,9	132,2	858	
	Пятница 17.12.2021 г.						
	Борщ с капустой и картофелем на кост.бульоне	250	7,6	5,7	13,9	143	110/2004
	Биточки по-белоруски со сметанным соусом с томатом	90/30	18,2	17,2	4,2	241	467/2004 601/2004
	Рис отварной	200	3,29	5,6	34,6	206	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК № 37
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого		803	31,59	28,9	95,2	761	