



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

**Завтрак 1-4 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 22.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	50	0,4	2,5	3,4	39	45/2004
	Плов по-домашнему	50/150	25,2	23,85	44,7	474	ТТК №20
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>30,1</b>	<b>26,95</b>	<b>92,9</b>	<b>704</b>	
<b>Вторник 23.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Яйцо вареное	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>20,53</b>	<b>26,6</b>	<b>85,55</b>	<b>612</b>	
<b>Среда 24.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : помидор свежий	30	0,3	0	1,2	6	Т-24/1994
	Сарделька по-гаирски	80	15,4	10	6,72	131	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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>503</b>	<b>22,9</b>	<b>17,6</b>	<b>78,42</b>	<b>516</b>	
<b>Четверг 25.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	40	1	2,9	3	55	78/2004
	Рыба по-школьному	70	15,9	4,6	2,9	119	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22,63</b>	<b>18,1</b>	<b>69,45</b>	<b>553</b>	
<b>Пятница 26.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	221	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>38</b>	<b>13,8</b>	<b>89,2</b>	<b>633</b>	



Директор МБОУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Утверждаю:

А.М.Волков



Полдник 1-4 класс М/Д ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 22.11.2021 г.</b>							
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>302</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Вторник 23.11.2021 г.</b>							
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>20,8</b>	<b>18,8</b>	<b>44,4</b>	<b>408</b>	
<b>Среда 24.11.2021 г.</b>							
<b>Полдник</b>							
	Плюшка	100	8,1	11,2	66,5	140	ТТК № 14
	Напиток фруктосодержащий	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>14,1</b>	<b>17,6</b>	<b>75,9</b>	<b>260</b>	
<b>Четверг 25.11.2021 г.</b>							
<b>Полдник</b>							
	Хачапури	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
		<b>300</b>	<b>16,2</b>	<b>16,1</b>	<b>39,8</b>	<b>369</b>	
<b>Итого за полдник</b>							
<b>Пятница 26.11.2021 г.</b>							
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>12,6</b>	<b>38,1</b>	<b>68,5</b>	<b>774</b>	





Согласовано:  
Директор Школы № 1



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

Завтрак 5-11 класс

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 22.11.2021 г.</b>							
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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>31,98</b>	<b>28,6</b>	<b>101,8</b>	<b>737</b>	
<b>Вторник 23.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Яйцо вареное	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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>553</b>	<b>21,86</b>	<b>22,8</b>	<b>101,1</b>	<b>676,8</b>	
<b>Среда 24.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Гарнировка : помидор свежий	40	0,4	0	1,6	8	Т-24/1994
	Сарделька по-таирски	80	15,4	10	6,72	131	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,63</b>	<b>23,3</b>	<b>81,27</b>	<b>591</b>	
<b>Четверг 25.11.2021 г.</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,78</b>	<b>21,6</b>	<b>79,05</b>	<b>610</b>	
<b>Пятница 26.11.2021 г.</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>40,2</b>	<b>16,4</b>	<b>104</b>	<b>725</b>	





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



Завтрак 5-11 класс ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 22.11.2021 г.</b>							
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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>31,98</b>	<b>28,6</b>	<b>101,8</b>	<b>737</b>	
<b>Вторник 23.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Яйцо вареное	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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>553</b>	<b>21,86</b>	<b>22,8</b>	<b>101,1</b>	<b>676,8</b>	
<b>Среда 24.11.2021 г.</b>							
Завтрак	Сарделька по-таирски	80	15,4	10	6,72	131	ТТК №9
	Каша пшеничная вязкая	210	5,9	9,5	33,6	245	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 ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>553</b>	<b>25,93</b>	<b>24,2</b>	<b>98,17</b>	<b>666</b>	
<b>Четверг 25.11.2021 г.</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,78</b>	<b>21,6</b>	<b>79,05</b>	<b>610</b>	
<b>Пятница 26.11.2021 г.</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>40,2</b>	<b>16,4</b>	<b>104</b>	<b>725</b>	

Согласовано:  
Директор Школы



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



Обед 5-11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 22.11.2021 г.</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>813</b>	<b>31,77</b>	<b>28,2</b>	<b>125,03</b>	<b>997</b>	
<b>Вторник 23.11.2021 г.</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>26,3</b>	<b>20,7</b>	<b>151,4</b>	<b>845</b>	
<b>Среда 24.11.2021 г.</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>805</b>	<b>4,3</b>	<b>0,6</b>	<b>29,8</b>	<b>133</b>	
<b>Четверг 25.11.2021 г.</b>							
	Гарнировка: кукуруза консервированная	50	1	0	5,5	30	ТТК № 21
	Рассольник ленинградский на костном бульоне цыпленок отварной	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
<b>Итого</b>		<b>803</b>	<b>44,9</b>	<b>19,9</b>	<b>132,2</b>	<b>858</b>	
<b>Пятница 26.11.2021 г.</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>803</b>	<b>31,59</b>	<b>28,9</b>	<b>95,2</b>	<b>761</b>	