



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

Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 29.11.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка :горошек зеленый консервированный	40	1,28	0	2,4	16	ТТК №40
	Биштекс детский	60	9,7	13,6	3,6	166	ТТК № 11
	Каша гречневая рассыпчатая	170	5,2	7,8	26	200	463/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		502	18,38	21,6	60,1	503	
Вторник 30.11.2021 г.							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша из хлопьев Геркулес молочная с сахаром	150	6,6	3,1	30,3	182	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		595	18,53	18,2	70,05	521	
Среда 01.12.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка : Капуста тушеная	30	0,8	1,4	3,2	28	241/2004
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	160	4	6,4	43,2	245	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК № 37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		505	23	13,1	85,5	637	
Четверг 02.12.2021 г.							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,1	0	0,7	3	Т-24/2004
	Котлета рыбная «Неженка» из филе горбуши	70	13	11,1	8,7	190	ТТК № 23
	Пюре картофельное	170	3,6	6,7	24,7	185	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
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
		500	19,03	22,1	74,35	583	
Пятница 03.12.2021 г.							
Завтрак	Манник	200	10,4	23,4	92,4	592	ТТК № 5
	Подлива сладкая	25	0,1	0	10,9	41	ТТК № 25
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		500	16,1	28	140,5	836	



Директор МАУ "Центр
детского здорового питания"

Утверждаю:



Полдник 1-4 класс М/Д ОВЗ

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 29.11.2021 г.						
Полдник	Пирожное с повидлом	100	5,2	22,3	40,3	434	ТТК № 12
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	11,2	22,3	40,3	434	
	Вторник 30.11.2021 г.						
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,5	1,6	44,2	208	687/1994
	Сок в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	10,5	8	53,6	328	
	Среда 01.12.2021 г.						
Полдник	Колбаса в тесте	50/50	12,3	14,1	30,4	297	701/1994
	Напиток фруктосодержащий Фруктик	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		300	18,3	20,5	39,8	417	
	Четверг 02.12.2021 г.						
Полдник	Кекс столичный	75	4,7	16,3	25,1	310	425/1999
	Батончик чио рио	30	1	10	19	174	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		305	4,7	16,3	25,1	310	
	Пятница 03.12.2021 г.						
Полдник	Корж молочный	75	4,8	8,5	48,4	288	102/1999
	Конфета ух ты	30	1,2	10,2	17	166	ТН
	Сок в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		305	12	25,1	74,8	574	



Согласовано: общеобразовательное
Директор МАОУ «Средняя
общеобразовательная
школа №16
г. Истрин

[Handwritten signature]



Директор МАУ «Центр детского здорового питания»

Утверждаю:

[Handwritten signature]
А.М. Волков

Завтрак 5-11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 29.11.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка :горошек зеленый консервированный	40	1,28	0	2,4	16	ТТК №40
	Бифштекс детский	60	9,7	13,6	3,6	166	ТТК № 11
	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,9	10,4	24,6	266	463/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		557	21,98	24,4	71,6	630	
	Вторник 30.11.2021 г.						
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша из хлопьев Геркулес молочная с сахаром	250	11	7,8	50,5	304	302/2004
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37	14/2005
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		645	22,93	22,9	90,25	643	
	Среда 01.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка : Капуста тушеная	40	1,06	1,9	4,3	37	241/2004
	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	200	5	8	54	206	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99	ТТК № 37
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
Итого за завтрак		555	24,26	15,2	97,4	607	
	Четверг 02.12.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	30	0,1	0	0,7	3	Т-24/2004
	Котлета рыбная «Неженка» из филе горбуши	70	13	11,1	8,7	190	ТТК № 23
	Пюре картофельное	220	4,7	8,7	32,1	240	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	20,13	24,1	81,75	638	
	Пятница 03.12.2021 г.						
Завтрак	Манник	220	11,4	25,7	101	651	ТТК № 5
	Подлива сладкая	50	0,2	0	21,8	82	ТТК № 25
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
	Корнлайн конфета	30	1,2	1,9	23,1	114	ТН
Итого за завтрак		550	20,3	32,4	196	1111	



Согласовано
Директор Школы



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		
	Понедельник 29.11.2021 г.						
Завтрак	Гарнировка :горошек зеленый консервирован	200	0,64	0	1,2	8	ТТК №40
	Бифштекс детский	30	4,8	6,8	1,8	83	ТТК № 11
	Каша гречневая вязкая	250	7,5	11,3	37,3	285	463-464/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		557	17,04	18,5	81,3	558	
	Вторник 30.11.2021 г.						
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша из хлопьев Геркулес молочная с сахаром	260	11,4	8,1	52,5	316	302/2004
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Бутерброд с Повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
Итого за завтрак		550	18,6	17	95,1	594	
	Среда 01.12.2021 г.						
Завтрак	Каша рисовая молочная	250	7,5	4,5	57,3	286	463-464/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/1994
	Бутерброд с сыром	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	14,6	10,8	123,9	629	
	Четверг 02.12.2021 г.						
Завтрак	Макаронные изделия отварные	250	8,1	9,4	53,5	333	469/1994
	Котлета рыбная «Неженка» из филе горбуши	50	9,2	7,8	6,2	135	ТТК № 23
	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		550	21,3	17,6	100,5	648	
	Пятница 03.12.2021 г.						
Завтрак	Манник	250	12,9	29,2	115	739	ТТК № 5
	Подлива сладкая	50	0,2	0	21,8	82	ТТК № 25
	Какао с молоком	200	3,7	4,4	24,3	142	693/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за завтрак		550	20,6	34	186,9	1085	

Согласовано

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Обед 5-11

Обед 5-11							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 29.11.2021 г.							
	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	6,6	5,4	13,8	118	134/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	7,6	8,8	50,4	313	469/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого		808	46,6	21,8	124,2	859	
Вторник 30.11.2021 г.							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	6,87	4,9	8,13	218	124/2004, 112/2004
	Печень по строгановки	50	13,6	13,6	3,9	193	387/1994
	Соус сметанный с томатом	50	1	2,6	3,4	42	601/2004
	Пюре картофельное	200	4,25	9	29,1	218	472/1994
	Напиток из черной смородины	200	0,27	0	25,8	101	ТТК №28
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого		808	30,29	30,7	100,13	905	
Среда 01.12.2021 г.							
	Суп картофельный на костном бульоне	250	4,8	2,3	23,8	130	133/2004
	Шницель рубленый	90	14,2	13	14,4	232	472/1997
	Макаронные изделия отварные	210	7,8	9,2	52,6	328	469/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	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	4,3	0,6	29,8	133	
Четверг 02.12.2021 г.							
	Гарнировка: икра свекольная	40	1	2,9	3	55	78/2004
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,3	6,7	29,1	217	139/2004
	Котлета Улыбка	80	11,2	9,2	6,5	155	ТТК №13
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,1	10,9	59,6	390	463/1994
	АК напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого		803	37,2	30,1	140,7	992	
Пятница 03.12.2021 г.							
	Гарнировка : кукуруза консервированная	20	0,4	0	2,2	12	ТТК №41
	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	14,9	6,5	20,2	195	132/2004
	Фрикадельки в соусе	40/60	7,5	13,3	11,3	203	481/1997
	Рис отварной	200	5	8	54	206	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТН
Итого		803	30,4	28,2	117,4	734	

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