



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



Согласовано:
Директор Школы № _____

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

Обед от 12 и старше*

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------------|---|------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.05.2022 г. | | | | | | | |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 4,5 | 4,4 | 10,5 | 96 | 124/2004 |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 12,7 | 234 | 481/1997 |
| | Гречневая каша вязкая | 200 | 5,8 | 7,7 | 25,6 | 195 | 463/1994 |
| | Напиток из кураги | 200 | 0,4 | | 27,3 | 117 | 638/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого | | 805 | 27,6 | 26,9 | 101,9 | 764 | |
| Вторник 17.05.2022 г. | | | | | | | |
| | Суп картофельный с макарон.изд | 250 | 3,3 | 3,3 | 23,9 | 128 | 140/2004 |
| | Котлета рыбная(филе трески) с соусом сметанным с томатом | 70/30 | 12,8 | 8,9 | 13,6 | 182 | 388/2004, 601/2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 200 | 10,6 | 12,4 | 70,5 | 440 | 469/1994 |
| | 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 | | 800 | 30,9 | 25 | 152,6 | 953 | |
| Среда 18.05.2022 г. | | | | | | | |
| | Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне | 250 | 10,3 | 6,7 | 29,1 | 217 | 139/2004 |
| | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Рис отварной | 230 | 5,3 | 9 | 55,1 | 321 | 465/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Соус основной красный | 40 | 0,91 | 1,197 | 3,192 | 2 | 528/3/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого | | 802 | 27,01 | 25,097 | 135,992 | 831 | |
| Четверг 19.05.2022 г. | | | | | | | |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 13,5 | 5,1 | 18,1 | 185 | 132/2004, Т17/1994 |
| | Сарделька по-таирски | 40 | 7,6 | 5 | 3,3 | 65 | ТТК № 9 |
| | Макаронные изделия отварные | 230 | 8,4 | 9,9 | 56,5 | 351 | 469/1994 |
| | Соус основной красный | 30 | 0,6 | 0,9 | 2,4 | 20 | 528/3/1994 |
| | 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 | | 800 | 34,3 | 21,3 | 124,9 | 824 | |
| Пятница 20.05.2022 г. | | | | | | | |
| | Борщ с капустой и картофелем на кост.бульоне | 250 | 4,4 | 4,4 | 14,6 | 120 | 110/2004 |
| | Котлета по-хлыновски | 50 | 8,1 | 10,2 | 2,3 | 133 | 454/2004 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 220 | 12,7 | 12,7 | 59,2 | 397 | 463/1994 |
| | Масло сливочное | 5 | 0,05 | 4,1 | 0,05 | 37 | 14/2005 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | | 15 | 58 | 628/1994 |
| | 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 |
| Итого | | 808 | 31,65 | 32,2 | 133,85 | 939 | |

* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет **75** рублей.