

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

Согласовано:
Директор Школы № _____



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

Обед 7-12 лет *

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 23.05.2022 г.							
	отварной	200/20	3,8	3,7	8,7	87,2	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Гречневая каша вязкая	160	4,7	6,2	20,6	157	463/1994
	Напиток из кураги	200	0,4		27,3	117	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за обед		710	23,9	24,5	82,2	656,2	
Вторник 24.05.2022 г.							
	Суп картофельный с макарон.изд./цыпленок отварной	200/20	12,4	3,8	19,3	155	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе трески) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Макаронные изделия отварные	150	7,95	9,3	52,8	330	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4		18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за обед		703	36,05	22,3	121,5	796	
Среда 25.05.2022 г.							
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	11,1	8,3	26,6	202	139/2004, 1064/2004
	Котлета Куринная запеченная	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Рис отварной	160	3,73	6,3	38,6	225	465/1994
	Соус основной красный	40	0,91	1,197	3,192	2	528/3/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТН
Итого за обед		707	28,14	24,2	130	781	
Четверг 26.05.2022 г.							
	Рассольник ленинградский	200	15,7	7,3	18	172	132/2004; Т17/1994
	Сарделька по-таирски	50	9,5	6,2	4,1	81	ТТК № 9
	Макаронные изделия отварные	170	6,2	7,3	41,8	260	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 за обед		700	36,2	22,1	110,9	736	
Пятница 27.05.2022 г.							
	Борщ с капустой и картофелем	200	7,1	4,6	10,9	126	110/2004; 112/2004
	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	133	454/2004
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,6	11,6	53,9	361	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
Итого за обед		700	30,85	30,9	108	837	
Понедельник 30.05.2022 г.							
	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне/ цыпленок	200/20	3,8	3,7	8,7	87,2	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Гречневая каша вязкая	160	4,7	6,2	20,6	157	463/1994
	Напиток из кураги	200	0,4		27,3	117	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за обед		710	23,9	24,5	82,2	656,2	
Вторник 31.05.2022 г.							
	Рассольник ленинградский	200	15,7	7,3	18	172	132/2004; Т17/1994
	Сарделька по-таирски	50	9,5	6,2	4,1	81	ТТК № 9
	Макаронные изделия отварные	170	6,2	7,3	41,8	260	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 за обед		700	36,2	22,1	110,9	736	

* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 75 рублей.