

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

Согласовано:  
Директор Школы № \_\_\_\_\_



**Обед 12 лет и старше \***

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 23.05.2022 г.</b>							
	Щи из свежей капусты с картофелем на кост.бульоне	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
<b>Итого за обед</b>		<b>805</b>	<b>27,6</b>	<b>26,9</b>	<b>101,9</b>	<b>764</b>	
<b>Вторник 24.05.2022 г.</b>							
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>30,9</b>	<b>25</b>	<b>152,6</b>	<b>953</b>	
<b>Среда 25.05.2022 г.</b>							
	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	210	4,8	8,1	50,1	292	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	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за обед</b>		<b>807</b>	<b>28,41</b>	<b>24,4</b>	<b>144</b>	<b>863</b>	
<b>Четверг 26.05.2022 г.</b>							
	Рассольник ленинградский	250	13,5	5,1	18,1	185	132/2004, Т17/1994
	Сарделька по-таирски	50	9,5	6,2	4,1	81	ТТК № 9
	Макаронные изделия отварные	210	7,6	9	51,4	319	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
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>35,4</b>	<b>21,6</b>	<b>120,6</b>	<b>808</b>	
<b>Пятница 27.05.2022 г.</b>							
	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	250	15,8	15,8	74	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
<b>Итого за обед</b>		<b>805</b>	<b>32,35</b>	<b>34,9</b>	<b>132</b>	<b>867</b>	
<b>Понедельник 30.05.2022 г.</b>							
	Щи из свежей капусты с картофелем на кост.бульоне	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
<b>Итого за обед</b>		<b>805</b>	<b>27,6</b>	<b>26,9</b>	<b>101,9</b>	<b>764</b>	
<b>Вторник 31.05.2022 г.</b>							
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>30,9</b>	<b>25</b>	<b>152,6</b>	<b>953</b>	

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